★Wap news

宮崎ワールドアスリートプロジェクト★

第15号　2026年10月4日
宮崎ワールドアスリートプロジェクト
実行委員会事務局

第15回育成プログラム
－2026.10.4－

★アスリートライフスタイル（キッズ）

アスリートライフスタイルでは、宮崎大学の塩瀬准教授にお越しいただき、アスリート生としての心得について学びました。これから自分の競技への行動について考える時間となりました。




★コオーディネーション（キッズ）

コオーディネーションでは、ＮＤソフトウエア株式会社の王子田先生にご指導いただきました。道具を使った分化能力・位置関係を把握する定位能力を中心としてトレーニングを行いました。




★コオーディネーション（ジュニア）

ジュニアのコオーディネーションではコオーディネーショントレーナーの小池先生にご指導いただきました。考えながら楽しく取り組んでいる姿が見られました。




★アスリート食（ジュニア）

アスリート食では、ＪＳＰＯ公認スポーツ栄養士の中村氏にお越しいただきました。前回の復習を踏まえ、アスリートとしての食事を考える機会となりました。



★コンディショニング（シニア）

コンディショニングでは、スピッツェントレーニングの浦野氏にご指導いただきました。ウエイトトレーニングの重要性について学ぶことができました。フォームから細かくご指導いただき、鍛えることができました。



★ハンドボール（ジュニア・シニア）

ハンドボールのトライアウトでは、宮崎県ハンドボール協会の方々にご指導いただきました。ボールが小さく、キャッチから苦戦しているところが見られました。７ｍスローシュートではキーパーをだましながら決めにのをお互いに楽しんでいるようでした。




★ヒアリング（シニア）




ヒアリングでは、今後の競技選択への進め方や部活動練習参加について事務局の方からお話がありました。とても悩む時期だと思いますが後悔のない選択をしてほしいと思います。

〔WAP NEWS は県スポ協のホームページでもご覧いただけます。〕

https://www.miyazakiken-taikyo.jp　宮崎県スポーツ協会　検索

スポーツくじ
BIG　toto　WINNER　DUNK