

活動報告①

スプリントセッション



アナリストによるスプリントフォームの分析を実施。各選手のスライドとピッチの数値を出し、フィードバックを行った。



栄養士による食育セミナーを実施。成長期の骨密度を高めるための解説を行った。



スプリント動作に必要な股関節動作のトレーニングを実施し、短期間でタイムが向上した参加者も多くいた。

活動報告②

キッズイベント



低学年と高学年に分かれて、足が速くなるためのコーディネーショントレーニングを実施。



イベント終盤では、子ども達への質問コーナーを設け、寺田やスタッフに積極的に質問している姿があった。



高校生・大学生もボランティアで運営に関わって貰い、雨天時でイレギュラーな対応も多かった中、参加者の満足度は非常に高かった。

活動報告③

ハードルセッション



トップアスリートの動きを間近で体感できる機会を提供し、学生達から積極的に質問している機会が多く見られた。



コンドミニアムを貸し切り、スタッフ陣と学生達で懇親会を実施。栄養士が調理を担当し、普段、寺田に提供している食事を体験してもらった。



スポーツ動作で重要な多方向（前・後・横）への動きの習得を目指す、ムーブメントトレーニングを実施。

事後アンケート結果

キャンプに参加した高校生・大学生 23名を対象

- ①キャンプの満足度 5段階評価 →結果：大変満足 **23名 (100%)**
- ②次回参加希望の有無 →結果：次回も参加希望 **23名 (100%)**
- ③次回への要望の声（一部抜粋） → ・夏や秋シーズンにも実施してほしい
・正しいウエイト方法の解説をして欲しい
・キャンプで学んだことが定着できているかの確認して欲しいなど