

NTC競技別強化拠点

戸田ナショナルトレーニングセンター（T-NTC）便り No.7

U19 ナショナルチーム代表候補選手第1次強化合宿が始まった。この合宿は世界ジュニアボート選手権(2012年8月14-19日、於ブルガリア プロブディフ)の参加クルーを選考する強化合宿である。選考会議で選ばれた80人(男子40人、女子40人)がオールで鏝を削った。

1. 日時 2011年12月15日(木)～19日(月) 7時～17時
2. 場所 戸田ナショナルトレーニングセンター トレーニングルーム
戸田ボートコース
3. 事業 トレーニング、医科学サポート
4. 対象 U19 ナショナルチーム代表候補選手上位40名(男子20名、女子20名)
代表候補選手自費参加者40名(男子20名、女子20名)
5. 内容 (1)乗艇トレーニングおよび1500m/6000m トライアル
(2)エルゴメータートレーニング
(3)フィットネストレーニング



ローイングエルゴメーターの指導をする日本ボート協会ジュニアコーチ大林邦彦氏



アニマル動作を指導する戸田 NTC ディレクター長内暢春氏(左)



ボディコントロールをともなう体幹強化のファンショナルトレーニング(右)



12月17日3日目 6000m トライアル1位の山口健太選手(神奈川県立津久井高校)



12月17日3日目 6000m トライアル 2位の武田和樹選手（福井県立小浜水産高校）



12月17日3日目 6000m トライアル 1位の佐藤紫生乃選手（宮城県立塩釜高校）



12月17日3日目 6000m トライアル 2位の石鍋菜津季選手（愛知県立猿投農林高校）



この中から 2012 年 U19 ナショナルチーム代表選手が誕生する。