

## 事業実施報告

### JHA エリートアカデミー第2期 オンライントレーニング① (zoom)

報告者：馬場治男 (JHA エリートアカデミー校長/強化育成本部アンダーカテゴリー強化育成副部長)  
三好浩史 (同 統括コーディネーター)  
富田恭平 (同 統括コーチ)

---

#### I 日時

- ・令和5年6月24日(土) 17:00～18:00

#### II 対象アスリート

- ・エリートアカデミーアスリート 19名 (参加者 17名)

#### III 目的

- ・アスリートとしての知識の向上
- ・日々の取り組みの内容強化

#### IV 内容

エリートアカデミーコンディショニングコーチ、森 宜裕より「コンディションとコンディショニング～日々の取り組み～」というタイトルでzoomにてオンライン講義を行った。

- ・コンディショニングの方法や、毎日行えるストレッチなどをレクチャー
- ・選手の質問への回答やアドバイス



**ONLINE  
TRAINING**

**6/24(土)  
17:00-18:00**

**森トレ①**  
コンディションと  
コンディショニング  
～日々の取り組み～



**森 宜裕**  
コンディショニング  
コーチ

ZOOM URLは別途送ります