

令和7年度 出雲市陸上競技協会主催
陸上競技指導者研修会 開催要項

- 1 開催趣旨 令和30年に、出雲市を会場として開催される「国民スポーツ大会陸上競技大会」は、全国から集うトップアスリートが日頃の鍛錬の成果を競い合う、我が国最大級のスポーツの祭典である。本大会の開催を契機として、本市では、競技力の向上とともに、選手・指導者のレベルアップを図り、次代を担うアスリートの育成を目指す。出雲の地から、全国に感動と躍動を発信する大会となるよう、関係者一同が一丸となって取り組みを図る。
- 2 主 催 出雲市陸上競技協会
- 3 日 時 令和8年2月1日(日) 9時00分～15時30分
- 4 会 場 島根県立浜山公園陸上競技場(メイン)
出雲市大社町北荒木1868-13 電話0853(53)4533
- 5 講 師 長谷川 昌弘(はせがわ まさひろ)
【陸上競技プロコーチ/岡山県在中】

▼講師紹介

長年にわたり高校教諭・陸上部監督として活躍し、現在はプロコーチとして全国各地で指導を行う。選手の動きを細かく観察・分析し、「体の使い方・力の出し方」を中心に据えた指導を展開。

手作りのトレーニング器具を用いた「アイデアトレーニング」など、実践的で分かりやすい方法が高く評価されている。株式会社ニシ・スポーツ監修のトレーニング器具「ステップオンフレキ」や「プッシュ&アップ・バンド」の開発にも関わるなど、専門的知見と創意工夫に富んだコーチングを実践している。

高校指導者として、玉野光南高校(岡山県)陸上部監督として4名のインターハイチャンピオンを輩出。2009年度(平成21年度)奈良インターハイにて男子学校対抗総合優勝

プロコーチとして、2020年東京オリンピック男子400mH出場・安部孝駿選手(ヤマダ電機)を2年間指導し、怪我からの復帰と世界大会での活躍を支援

- 6 参加対象
(指導者) 島根県内陸上競技指導者・外部指導者・コーチ
(選手) 出雲市内の中学校、高校から1校最大4名まで参加可能。但し教職員の引率が必要
選手の申し込みは不要。
- 7 参加費 無料 ※昼食、交通費は個人で負担ください。
- 8 研修内容
9:00～9:15 開講式
9:20～12:00 実技①・質疑応答
12:00～13:20 昼休憩
13:20～15:20 実技②・質疑応答
15:20～15:30 閉校講式

- 9 申込方法 参加希望の学校は、下のフォームスに必要事項を入力し申し込みをしてください。
申し込み締切は、1月23日（金）



- 10 問い合わせ先 出雲市陸上競技協会 理事長 奥井克己 携帯 090-3881-0204
(勤務先：出雲市立第一中学校 0853(21)0285)

- 11 その他
- ・感染症等の拡大や悪天候により中止になることがあります。
 - ・運動のできる服装でご参加ください。
 - ・旅費は参加者負担をお願いします。
 - ・傷害保険については、各自をお願いします。