

あいちトップアスリートアカデミーユース指定競技 トップコーチ招聘事業（ボルダリング）実施報告書

1 日時

2025 年 1 月 12 日（日）午前 10 時から午後 1 時まで

2 場所

ボルダリングハウスノット
名古屋市西区那古野 1 丁目 35-13

3 講師

渡部 桂太：IFSC 世界選手権 2018（オーストリア）日本代表

4 参加者

アカデミー生 2 名、他 4 名 合計 6 名

5 実施概況

(1) 主な実施内容

- ア 開講式
- イ 実技講習①『ウォーミングアップ、オブザベーション』
- ウ 実技講習②『フットワーク、ホールディング』
- エ 実技講習③『ムーブの選択』
- オ まとめ・閉講式

6 その他

実践練習では、目的をもって様々な動きのパターンの練習を行った。最適なホールドの握り方を考えたり、次に登るための動きを予測することが大切であることを学んだ。参加者は、講師の説明にしっかりと耳を傾け、講師の実演を参考にして、工夫しながら登ることができるようになった。

