

〈冬季スポーツ科学研究推進センター エリートアカデミー（アルペン）陸上トレーニング〉

冬季スポーツ科学研究推進センターでは、令和5年12月9日（土）～10日（日）にエリートアカデミー学生（アルペン）を対象に、当センターのアドバイザーである武田竜コーチによるトレーニング指導を実施しました。スキーをする上で必要な基本的なポジションの確認から始まり、スキーシミュレーター（Skytech）を用いたポジション確認など、間もなく始まる雪上シーズンに向けた指導をしていただきました。



トレーニング風景