

清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト  
競技プログラム カヌー競技【ジュニア第8期生・第6期生】

1回目は陸上でパドルの動かし方を練習した後、全員が操作の簡単なレジャー艇で、カヌーの乗り方を学びました。2日目からは競技艇は不安定で乗りこなすことが難しく、落水者が続出しましたが、諦めることなく、何回も挑戦することができました。修了生の一柳さん(ジュニア2期生)も応援に駆けつけ、アドバイスや手本を見せてもらいました。

また、エルゴメーターを使つての漕ぐ動作の測定では、1分間全力で漕ぎ、体力の限界に挑戦しました。自然と一体化したカヌー競技の醍醐味を体験することができました。

日時：令和4年6月11日(土)・6月25日(土)・7月2日(土)  
9:00~11:30、13:00~15:30

会場：蘇水公園 加茂郡八百津町伊岐津志2597

講師：岐阜県カヌー協会 鈴木 侑也 氏 加藤 章二 氏  
久保田 愛夏 氏

協力：県立八百津高校 カヌー部

目標：  
・体に軸を作りバランスを取る感覚を身につける。特に、体幹を意識したバランスの取り方を体感する。  
・体全体を使って力を出ることができるようになる。  
・自然と触れ合い、自然との共生を学ぶ。

内容：  
・レジャー用カヌー体験による基本動作確認  
・競技用カヌー体験によるバランス感覚習得 ・レース 等

