



【要綱】 第4回フランス式自転車コーチングセミナー

1. 講習内容

20歳以降にピークを迎えられるように指導するにはどうしたらよいか？

子供のバーンアウトを防ぐには？

将来、日本の黄金期を築くために今やらなくてはいけないことは？

フランスのコーチエドゥケーターを迎え、共に考えながら日本にあったコーチングシステムの構築を目指す。(参加者の声を反映させます)

2. 主催 有限会社 ボンシャンス

3. 後援 スポーツサイクル プロショップ アベノバ ほか

4. 受講対象 コーチ、アシスタントとして自転車競技に携わるすべての方

5. 講習期間 2019年2月16日(土) 9時30分から17時

2019年2月17日(日) 9時30分から17時

5. 会場 スポーツサイクル プロショップ アベノバ

〒545-0014 大阪市阿倍野区西田辺町 2-6-21

tel 06-6629-8070 fax 06-6629-8071

(御堂筋線西田辺駅から徒歩5分 阪和線 鶴が丘駅から徒歩4分)

6. 受講経費 2日間参加 1万5千円(1月31日までに申し込みの方は1万2千円)

いずれか1日のみの参加の方は半額になります。

7. 定員 25名

8. 持ち物 実走の予定あり。後日連絡します。

9. 申込方法 ボンシャンスホームページ <https://bonnechance.jp/seminar/>

セミナーからメッセージを送ってください。氏名、住所、電話番号、所属
(チーム名・会社名・学校名)をお知らせください。

振り込み先:

ゆうちょ銀行

有限会社ボンシャンス 福島晋一 記号 14070 番号 47564381

他金融機関からの振り込み

【支店名】 四〇八(読み ヨンゼロハチ)支店

【預金種目】 普通預金

【口座番号】 4756438

10. 申込期間 事前申し込み 2018年1月15日~1月31日まで。

締め切り以降の申し込みは2月15日まで空きがありましたら受け付けます。

1 1. 講師 フランソワ・アントワン

フランス アミアンの Jules Verne 大学でトレーニングとパフォーマンス (BAC+3) のディプロマを取得。フランス車連 FFC のコーチエデュケーターライセンス取得。フォルマチオンでコーチの育成セミナーをする傍らセヌマルティン県の選抜チーム、ピカルディー地方の選抜チームの監督を務める。

通訳 小島裕樹

日本自転車競技連盟 1 級審判 (ロード・トラック・シクロクロス)、日本スポーツ協会公認コーチ、ラジオツール (日本語、英語、フランス語)、翻訳 (仏語、シクロクロス教本、自転車学校テキストなど多数)

FFC のコーチ研修エデュカトール受講経験あり

司会 福島晋一

有限会社ボンシャンス代表。UCI 公認監督ライセンス取得。JOC 強化コーチングスタッフ。

ロードレース、個人タイムトライアル、ポイントレース、マディソン元全日本チャンピオン。2004 年ツアーオブジャパン総合優勝。2 年間の JOC 海外スポーツ指導者研修でマルセイユに派遣後、

NIPPO ヴィーニ ファンティーニでプロコンチネンタルの監督を 3 年間経験する。

◆日程

2月16日(土)

9:15~9:30	受付
9:30~12:00	講義
12:00~13:30	昼食
13:30~17:00	講義

2月17日(日)

9:30~12:00	講義
12:00~13:30	昼食
13:30~17:00	実技 晴天の場合は野外。雨天の場合は室内で行います。

(自転車の種類はロードか MTB でお願いします。持たれていない方は事前におっしゃってください)

講義内容

初日 フランスロードレース構成、フランスの選手発掘方法、コーチの役割と責務、年代別、カテゴリー別身体組成の修得、若年の身体の準備、9 歳から 14 歳までの運動強度ゾーン、15 歳から 18 歳まで (カデ ジュニア) の運動強度ゾーン、アマチュアチーム (自転車学校を含む) の運営、競技運営、実技
※時間と参加者の要望により変更の可能性あり。

休息は参加者の様子を見て講師が挟みます。講義は進度によってずれ込むことがあります。