

令和7年度 公認レスリングスタートコーチ講習会 プログラム

2026年1月31日（土）【味の素ナショナルトレーニングセンター】

時間	時限	講義／実技	
08:30～08:50			受付
08:50～09:00			開講式・オリエンテーション
09 : 00 } 10 : 00	①	講 義	安全対策 【医科学委員会・太田暁央】
10 : 00 } 12 : 30	②	実 技	ウォームアップ スタンドの基本動作の紹介と指導法 【青山学院大学レスリング部・長谷川恒平コーチ】
12 : 30～13 : 00	昼休み		
13 : 00 } 14 : 30	③	実 技	グラウンドの基本動作の紹介と指導法 【青山学院大学レスリング部・長谷川恒平コーチ】
14 : 30 } 15 : 00	③	講 義	指導者育成の考え方 【指導者育成委員会・和田貴広】
15 : 00 } 16 : 30	④	講 義	指導者の在り方 【指導者育成委員会・和田貴広】
16 : 30 } 17 : 00	⑤	知識確認	全体の振り返り 安全管理・倫理に関する試験 コーチの成長計画（レポート提出）