

大阪陸協強化選手 実技講習会 兼 指導者講習会のご案内

1. 主 催 (公財)大阪陸上競技協会 強化委員会
2. 日 程 2026年2月14日(土)
3. 場 所 万博記念陸上競技場 (大会議室・陸上競技場)

12:00～12:30 指導者受付(エントランス)

12:30～13:20 講義「短距離走を構造で捉える」～市立柏高校陸上競技部指導～
講師 池ノ谷 智(いけのや さとし)氏 (市立柏高校陸上競技部監督)

13:20～13:40 移動 準備 (選手の集合時間は13:30となっています)

13:30～16:00 実技講習会(万博記念陸上競技場 : 雨天時 室内練習場)
「軸を中心にした加速動作の獲得」

実技見本 男子 小寺慎之助 100m 10秒46 日本中学記録保持者

女子 横山柚 希 100m 11秒69 滋賀国スポ 少年B100m 優勝

内藤 美紗 100m 11秒70 滋賀国スポ 少年A100m 5位

石郷岡 暖 100m 11秒94 広島 IH 4×100mR 3位

16:00～16:15 質疑応答および閉会

4. 参加対象 大阪陸上競技協会 強化選手(短距離・障害・跳躍)
府内陸上競技指導者(中学校指導者・高校生指導者)
5. 指導者 参加料 1000 円 (参加料は実技見本をされる高校生の交通費の補助とします)
6. 参加申し込み・問い合わせ

参加選手

2025年・2026年 大阪陸協 強化選手(中学生・高校生に限る)

大阪陸協の強化練習会で行いますので、申込は必要ありません

指導者申し込み

下記の申込フォームで申し込みをしていただくか、下記に問い合わせをしてください。

フォーム URL ➡ <https://forms.gle/NQrKNfVkJFoWdWz7Z6>

フォーム QR コード ➡



申し込み締め切り:2月11日(水)

問い合わせ先:

大阪府立大塚高校 船津哲史 (大塚高校 TEL:072-332-7515)

E-mail polevault_aki@outlook.com

講師紹介

池ノ谷 智(いけのや さとし)先生 (市立柏高校 陸上競技部監督)

陸上競技短距離(100m・200m)を専門とする。

姿勢・軸・接地・地面反力といった基礎局面を重視し、競技力向上につながる動作づくりを体系的に指導している。

経歴

- ・ 筑波大学 卒業(1999~2003)
- ・ 文教大学陸上競技部 プレイングコーチ(2004~2005)
- ・ 株式会社登利平 AC(2006~2007)
- ・ 市立柏高等学校保健体育科教諭(現在)



競技歴

- ・ 中学:全日本中学校陸上競技選手権大会 出場 11秒27
- ・ 高等学校:インターハイ 優勝/国体 準優勝 10秒52
- ・ 大学:日本インカレ 6位 10秒39
- ・ 社会人:日本ランキング 7位 10秒34

指導歴(市立柏高等学校・全国大会入賞のみ)

2023年

- ・ 北海道インターハイ
男子 4×400m リレー 5位(3分10秒69)

2025年

- ・ 広島インターハイ
女子 4×100m リレー 3位(45秒35)※千葉県高校記録
女子 200m 5位(24秒11)
男子 400m ハードル 6位(50秒72)
- ・ 滋賀国スポ
少年A 300mH 優勝(35秒42)
少女B 100m 優勝(11秒69)
少女A 100m 5位(11秒82)
少年B 男子 100m 8位
- ・ U18 日本選手権
女子 100m 3位(11秒93)
- ・ U18 日本記録樹立(2025) 女子 4×100m リレー(45秒47)