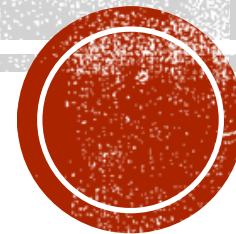


2025年度 JPPF 強化方針



ビジョン：筋肉で日本を持ち上げる

ミッション：ロスパラリンピックに4名参加
2名がメダル争いをする

ミッション達成のための2025年戦略

- ①トレーニングプログラムのさらなる改良
- ②海外急成長チームから学ぶ
- ③コーチ陣と医科学サポートの強化



① トレーニングプログラムのさらなる改良

試合1週間から3週間前まで最高潮に仕上がってきた選手が試合で自己新記録を出せない



ピーキング期間を短くする

新しい補助的ベンチプレスが効果を上げている



チェーンベンチ、HBB、HBBプラスなど

未来の成長を予測するために選手の成長を追いつける



成長グラフの改定



②海外急成長チームから学ぶ

WPP0に優良コーチの紹介を依頼



ブラジルのジェファーソン

チャレンジカップ後の世界選手向けプログラム担当はジェファーソン



7月の合宿にジェファーソン招聘予定

海外との交流を進める



韓国との合同合宿を考える（問題は予算だけ）



③コーチ陣と医科学サポートの強化

コーチの質と量の増進



コーチ育成講座をスタート + コーチ発掘に力を入れる

動作解析の活用を進める



東京では日体大とJISSの力を借りる + 京都トレセンとのコラボ

心理、栄養、医科学、トレーナーの充実



京都トレセン、京都府リハビリ病院、赤岩トレーナーとのコラボを強化

