

## 【2020 愛知バドミントン強化事業報告】

2020年全国中学大会、JOC愛知県開催に向けた強化事業の一環として、活躍が期待される選手の育成、強化に取り組んでいる。5月12日に、阿久比スポーツ村陸上競技場において、至学館大学の十枝内厚次教授および至学館大学バドミントン部員協力の下、小中学生対象（中学生3名、小学生10名）に、50m走と12分間走力の測定を行った。個々の選手に備わっている遅筋と速筋があり、そのバランスを見極めてプレースタイルの確立、今後のトレーニングに活用する事が目的。そもそも、遅筋と速筋の割合は生まれつき決まっており（遺伝的要素）、それらを変えることは難しいとの事。自分の特性を知り、それに合ったトレーニングをすることで更なるレベルアップを期待したい。

