

監督・コーチ・ペースアドバイザー各位

渡辺祐矢

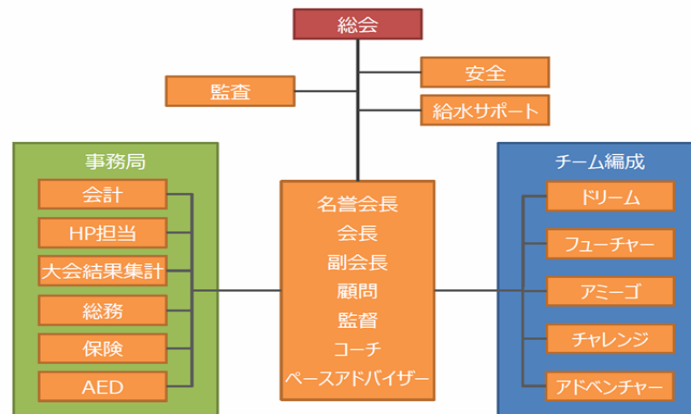
(代行:長崎康範、太田美代子、上村英生)

2018年度上期 ウイング AC 監督・コーチ・PA MT

【クラブ理念】ウイング・アスリートクラブはスポーツと文化活動を通じ、地域社会に参画すると共に会員相互の親睦を深め、人との出会いや自然とのふれあいを大切にすると同時に、自己への挑戦と努力を楽しむ事により、人生をより愉しく、心豊かにすることを目的に結成された市民マラソンクラブです。楽しい有用なイベントを幅広く企画し、ランナーの輪を広げ、自由に参加できる会を目指します。

■監督・コーチ・PA中心のクラブ2年目へ

昨年、クラブ自体が15年目の節目を迎えたのを機に、「運営委員会」主体のクラブから「監督コーチ」主体のチームへ変貌を遂げ、今年2年目を迎えました。当初は新体制による一抹の不安もありましたが、大過なく、そして何より「for member」のクラブ運営が出来ましたのも、一重に監督コーチPAの皆様のご尽力に他なりません。この場を借りまして厚く御礼申し上げます。引き続き、当クラブが会員さん主役のクラブであり、その主役を「応援」する監督・コーチの皆様のお力添えを頂けますよう、切にお願い申し上げます。



■2018年度監督・コーチ・PAのメンバー

■監督・コーチ			■PA		
ドリーム	監督	御手洗正	アミーゴ	☆監督(保険・AED)	大和田達也
	コーチ/総務兼任	平山雄太		PA(ペースアドバイザー)	石元理恵子
	コーチ	山藤拓哉		PA(ペースアドバイザー)	服部明雄
	コーチ	池永洋和		★PA(ペースアドバイザー)	上村志保
フューチャー	☆監督	田邊敏行		★PA(ペースアドバイザー)	下重貴子
	コーチ	上村英生	チャレンジ	PA(ペースアドバイザー)	太田秀美
	コーチ	熊野一忠	アドベンチャー	監督	幡谷俊彰
	コーチ	平賀恵子		※ ☆は新任 ☆担当変更	

■監督・コーチ・PAの役割

従来通りの、安全走行管理、ペース走時のペースメイク、柏の葉リレーマラソンのオーダー作成、に加えて

- ・会費使用承認
- ・必要備品の購入提案
- ・練習内容への提言
- ・(陸上経験者による) ランニングアドバイス

(役割補足)

①安全走行の再確認

特に手賀沼練習会での2列走行の厳守。

メンバーの様子(例えば、異常な発汗、過呼吸、走行バランス等)から早めの切り上げをアドバイス。

②柏の葉リレーマラソンのメンバー作成

開催日:2018年8月26日

例年、基本的に各監督、コーチがメンバー走順を決めて頂いております。

メンバーの走力がある程度把握しておいて頂けると助かります。

③合宿への勧誘活動のご協力

日程:7月7~8日 in リソル生命の森 (旧日本エアロビクスセンター)

一昔前まで、日本代表選手の強化合宿地として活用されていた施設。40人限定。勧誘のご協力をお願い致します。

④突発的な出費の承認・未承認

基本的に年間予算が立てられています。予算外の出費が見込まれる場合、監督・コーチ・PAの皆さんに承認を得てから使用致します。

⑤必要備品購入提案

積極的にして下さい。練習に必要と在れば購入検討致します。

⑥次年度計画

下期に2度、監督・コーチ・MTを開催する予定です。そこでは来年度予算並びに運営計画を立案したいと思います。

※注意①監督・コーチ・PAだからといって必ず各種イベントへ参加しろ、というものではありません。皆さん、ご家庭があり、お仕事があるわけですから、そちらが最優先でお願い致します。

※注意②一堂に会しては困難、という場合には積極的にメール等のツールで共有しましょう。

■議題① アンケート結果の共有 ※渡辺からのURL参照

a:会員さんが何を考え、クラブに対し提案してくれているか。

b:セクハラ?に値する事例なのか。クラブとして対策を講じるべきか否か。

■議題② 手賀沼試走会の実施有無

全体 MT では結論が出ず持ち帰り。再度監督コーチ MT で決定するとなった。結論は8月末までで良いが、実施するにしても、a:試走会のメリットを明確化、b:実施日は3週間前(2週間前は大会ボランティアの集まりがあり給水スタッフが足りない)とすること。

■その他

・HPのメンバー紹介は規約通り、退会のお申し出があった方、並びに4月末までに年会費を納められなかった方が削除されます。

会議名	2018年度上期ウイングAC監督・コーチ・PA MT
開催日時	2018年5月13日(日) 11:30~12:00
場所	柏の葉公園内室内休憩所(体育館の近く)
参加者	美代さん、山藤さん、上村さん、田邊さん、平山さん、池永さん 熊野さん、太田さん、志保さん、石元(書記)

【議題①アンケート結果の共有】

a: 会員さんからの提案と意見について

- ①アミーゴ B以下のチームの人はアドバイスが欲しいのではないか?について(上村さん)
 →・ペース走、B-upの練習を引っ張る人がいないのでは?(志保さん)
 ・練習の目的や意味をわかっていないのでは?、全体をまとめる人がいるのか?(山藤さん)

<対策>

- ・練習に対してのポイントや知識を教える。(平山さん)
 - ・体操の時に一言、練習の内容や目的を伝える。(太田さん)
 - ・走る前より後のクールダウンの時はどうか?(平山さん)
- その後忘れてしまうのでは?(志保さん)

<まとめ>

- ・走る前に練習の意味を理解、再確認する。(志保さん)
- ・長崎さんの話をちゃんと聞く。(上村さん)
- ・集まったときに簡潔に言ってもらおう。

②動き作りについて

- ・初心者の方に特に必要では?(美代さん)
- ・他の練習会では走る前にやっている。(石元)
- ・走る前にするのは、負荷をかけてからの動き作りという意味がある。(山藤さん)
- ・現状は、会長と山藤さんしかやれる人がいないので、教える人の負担になる。

<対策>

- ・まず、コーチ陣で共有し、全体に広げていくのはどうか?

10、11月に多くの方が本命レースがあり、12月で一区切りする傾向があるので、12月から少ない人数で集まって、夏場に始め、秋に向けていくのはどうか?

すぐにはできないので。

- ・池永さん・生駒さんのレクチャー等で、自分に合うものを取り入れてもらうのも良い。
(山藤さん)

b: セクハラ意見について

- ・女性から見てどうか? (上村さん)

→・同性でも個人的な事を聞くのは気を使う、相手の事を知りたいなら、まず自分の話をする様にしている。(美代さん)

- ・色々な人がいるが、おそらく体型の事を言われて不愉快になったのでは? (志保さん)
- ・女性からのケアが必要 (熊野さん)
- ・一方的な意見で、少し被害妄想もある気がする。(石元)

<対策>

- ・「気分を害するの行為はやめましょう」と掲示板に載せる。(志保さん)
- ・人に嫌な事は言わないと、遠回しに分かるように。(美代さん)

それで様子見ましょう。

※その他意見が出たこと。

①メンバーが多くてチームの顔が覚えられないとの意見について。(太田さん)

- ・特に年配の方からの意見。

急にニックネームでは呼びにくいので、名字が知りたい。

ニックネーム(名前)とかにするのはどうか?

(プライベートがあって、出たくない人がいるかも)

②2列走行について(太田さん)

- ・ドリームは中心の右寄りで走行している。
- ペース走の時は右寄りを再確認。
- ・普通の一般道路は左との意見もある。

③「古くて速い女性はもっと声をかけるべき」について(石元)

- ・自分の記録にしか興味がない、は少し非難していると思う。(石元)
- ・新しい人は、自分からも行くのが良いのでは?(美代さん)

【議題②手賀沼試走会について】

「下見」の試走と、「本気」の試走、どちらが良いか？

- ・新しい人の為にやってほしいとの意見もある。(美代さん)
- ・給水スタッフが大変なので、水持って走るのはいかがでしょうか？(志保さん)
- ・給水なしで自己責任でつくばランはやっている。(平山さん)
- ・一部の人が善意でやっていることを、「面倒見てもらっている」と思っている人との意識の違いがある。(上村さん)

<まとめ>

- ・本当の大会と同じ様な試走は難しい(全員)。
- ・アンケートをとる(美代さん)。