

Practice club

U15/U17/Junior

www.charipro.com

WANTED

コンチネンタルへの挑戦者へ

mail@charipro.com

チャリプロ

検索

練習クラブ ジュニア班 募集

サイクリストの養成所

自転車ロードレースの「勝ち方」を教えます。

- ・U15 (13歳/14歳)
- ・U17 (15歳/16歳)
- ・ジュニア (17歳/18歳)

勝ち上るために必要なすべてを指導します。スポーツ選手として基礎のカラダ作り(成長過程の筋肉・関節・骨格、柔軟と可動域)解剖学と運動生理学を基に最新の技術にて、また厳しい練習とレースに向けた強い精神力の構築、パーソナルにて指導・コーチングします。

自転車ロードレースの選手になるためには、U23 (19歳) になるまでの4年間がとても大切です。この4年間の練習次第で才能が決まります。カテゴリーごとに(U17 ジュニア) 欧州より伝わる必要な練習方法があります、間違うことなく身に着けることが選手に絶対必要です。強いチームで走ることを目指すための、自転車ロードレース選手を養成する場所です。

勝ち上るための練習をするところなので、楽しむクラブではありません。競技者としての練習とトレーニング、勝ち上るためのレースへ臨む、とても強い信念と精神力が必要です。自分の意志で考え判断し行動することと、厳しい環境へ自ら追い込む強い心も一緒に創っていきましょう。



費用：年会費 ¥10,000

学校や進路の相談、所属先やチームとのことなどカウンセリングします。

なんでも問い合わせください。

S.G.PROJECT.INTERNATIONAL

153-0063 東京都目黒区目黒2-4-28

【練習クラブ】

2013年発足、強くなるための練習をするクラブとして立ち上げ。2017年より、未来の選手を育成するためジュニア班を開始。

斉藤清史(さいとうせいじ) パーソナルトレーナー / サイクリングコーチ
元日本代表、プロ自転車ロード選手を経て1993年、指導者としての活動を目的に、トレーニングの理論や人体の構造などを学ぶ。1995年よりパーソナルトレーナーとして活動を開始、都内スポーツ施設と契約。指導の他、解剖学・運動生理学のセミナーを展開。2011年より独立、神宮外苑の施設へ拠点を移す。また、指導者や治療を施す施術者への指導・座学の研修なども実施する。