

陸上競技部の外部指導員として指導してくださっている大谷拓也コーチ

私は中学から大学まで 10 年間陸上競技を経験しました。専門は短距離です。

中学 3 年の時に全国大会 4×200m R で 5 位入賞し、高校 3 年でインターハイに出場しました。大学卒業後は期間限定で現役に復帰し、コーチングの勉強をして JAAF ジュニアコーチの資格を取得しました。

長男が打越中学校陸上競技部に入部したのを機に、顧問の先生をサポートしながら打越中陸上競技部を盛り上げたいと思いコーチになりました。

私が陸上指導で大切にしていることは陸上を好きになって楽しんでもらうこと、そして長く続けてもらうことです。

陸上競技の練習は時に辛いこともありますが、試合で結果が出た時の喜び楽しさは他に代えがたいものです。また試合だけではなく、日々の練習の中でも必ず進歩を実感でき、楽しいと思える瞬間があります。私はその一瞬を見逃さず生徒に楽しさを伝えていきたいと思っています。

正しい身体の動かし方を学べば誰でも速く走れるようになるので、走ることが得意ではない生徒もぜひ陸上競技部に入部してもらいたいです。一緒に走りましょう!!