

スポーツ・武道実践科学系

氏名 松村 勲 准教授



主な研究テーマ

□主に陸上競技中長距離走の競技力向上のためのトレーニングやコンディショニング、コーチングの研究を行っています。

平成30年度の研究内容とその成果

■中長距離走のランニング技術（ランニングフォーム）の研究推進
本学のスポーツパフォーマンス研究セン

ター（以後、SPセンター）にて、中長距離走選手のランニング技術の測定法および評価法に関する研究を行いました。詳しくは、SPセンター内の50mフォースプレー




図1 SPセンターでの実施図



写真1 測定風景



写真2 フィードバック風景



ト走路を活用し、直走路での地面反力等のデータと、約170mの周回走路を設置し、その周回での地面反力等のデータを収集しました。

これからの研究の展望

SPセンターでの中長距離選手のランニング技術の測定法、評価法を構築、完成させていくことが、現在の私の大きな研究課題です。その他、中長距離走の実践現場に役立つトレーニング法やコンディショニング法、コーチング法を研究していくことも、引き続き実施していきます。