

## 内田建設 AC news

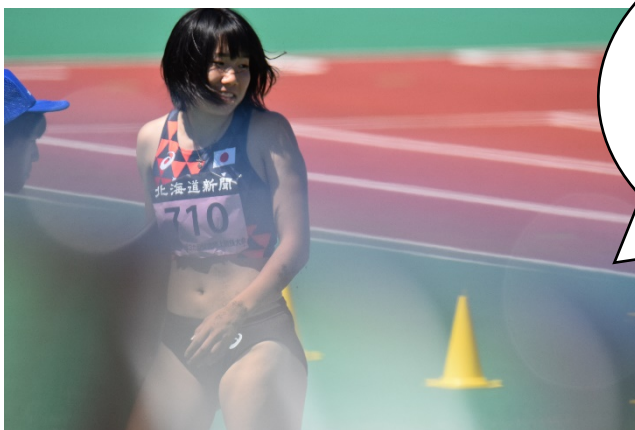


2018. 11. 15

冬季トレーニング開始

11月19日～12月21日まで、ドイツで武者修行に行つて参ります。  
その目的といたしましては、来シーズンは、ドーハの世界選手権に出場する。試合出場の  
為に、日本選手権優勝もそうですが標準記録を突破する必要となってきます。  
私はこれを目標とし最終目標の2020東京オリンピック出場に向けて精進していきます。

今年は、4月と6月にドイツに一人で行き、最初は右も左もわからないまま新しいコーチ  
との出会いそして、トレーニング内容・コーチングの仕方またドイツのトレーニング施設  
を直接感じ今シーズンは自己記録を4回も更新することができました。記録が安定してい  
るということは、次への大きな跳躍が眠っている証です！



必ず、自身のレベルアップ  
に繋げれるトレーニング期  
間にしていきます◎



日々のトレーニングの動画などをアップしていきますので、  
皆様、是非フォロー・いいね♥よろしくお願いします。



【ブログ】



【インスタグラム】



【内田建設アスリートクラブ】