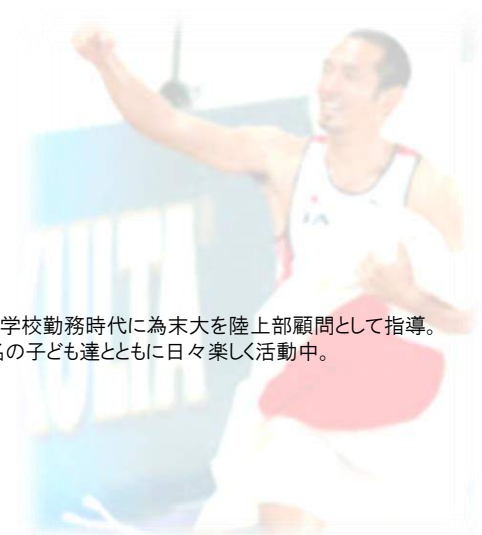




子ども達が安心して楽しく自分の目標に挑戦し続ける学び舎でありたい。  
やる気を引き出し、苦手の克服と得意への挑戦をサポートしたい。  
そう考えて子ども達とふれあい、そう決意して子ども達とともに夢を追いかけます。



### 代表指導者 河野裕二

36年間中学校教育に携わり、広島市立三和中学校の校長職を最後に引退。五日市中学校勤務時代に為末大を陸上部顧問として指導。現在は為末大氏と一緒に立ち上げたチャスキの代表指導者として、会員である約300名の子ども達とともに日々楽しく活動中。

広島に小さなトラッククラブができました。これからゆっくりと僕の後輩達を育てていきます。チームの名前はchaskiと言います。

マチュピチュに行った事のある人なら知っていると思いますが、chaskiとはマヤ文明があった当時の伝言人、飛脚みたいなものです。彼らが伝言を持って町から町へというものを伝えていったといわれています。駅伝のルーツみたいなものでしょうか。

つないでいくという意味と、後は単純に名前がいいよねとマチュピチュでひそかに思っただけからずったためでした。こうしてトラックチームの名前になるとは思ってませんでした、付けてみるとすごくいい感じだなと思っています。

陸上を好きだという気持ちを一番大事に下さい。そうやって育てられた僕の恩師も協力してくれています。まずは一歩を踏み出し、これからいろいろと楽しみが広がります。

2011年05月24日  
アスリートソサエティHPより



## チャスキの先生たち

チャスキの先生達は子どもたちに負けないくらい運動も勉強も大好き！そして何よりチャスキの子ども達が大好き！年間通してたくさんの勉強会に参加して、資格を取得し、研修で最新の指導方法を学び、チャスキの練習に活かします。

代表理事 河野 裕二  
(事務局長)

理事 恵口 美樹 為末 大 中田 徳雄  
事務局長 悴山 愛 恵口 美樹

監事 三輪 香織

(指導スタッフ)

河野 裕二(※1) 岡原 健(※2・3) 松本 清隆(※2・3) 井上 友樹(※2・3) 橋中雄一郎(※2・3) 若井 裕子(※3・4)  
 倉本 加奈(※3) 河田 理恵(※3) 悴山 愛(※2・3) 恵口 美樹(※3) 川畑 賢一(※2) 森政 辰巳  
 中山 真理(※2・3) 児玉由美子(※3) 森川 法子 三輪 香織(※3) 児玉 健吾(※2・3) 大角 哲史(※3)  
 榎本 圭吾(※3) 井上 龍也(※3) 坂田 法之(※3) 谷口 真奈(※2・3) 田原芽久未(※3) 鈴木さおり  
 蘭 圭介(※2・3) 蘭 礼子(※3) 渡辺 実帆 則清 園恵 青木麻里子 古川 涼子  
 ゲストティーチャー 相葉 直紀 有田 幹子(親子運動教室・キッズコーディネーションントレーニングインストラクター等)

※1 (公財)日本体育協会公認陸上競技上級コーチ(JAAFコーチ)

★JAAF=日本陸上競技連盟

※2 (公財)日本体育協会公認陸上競技指導員(JAAFジュニアコーチ)

※3 (公財)日本体育協会公認スポーツリーダー ※4 ヨガインストラクター

特色のある各教室とコースを選ぶことができます。チャスキの練習参加は月6回です(陸上オプションコースはフリー)。メインの教室を選び週1回の練習参加と、残りの2回はどの教室でも自由に参加することができます。自分のコンディションや教室の特色で選ぶことができます。

## 広島西教室 (広島スタジアム サブグラウンド 他)

土曜日8:30~11:00 日曜日8:30~11:00

### 【園児コース】

運動遊びや集団遊び・伝承遊びを中心とし、運動神経を高め、器用になるための練習を行います。「仲良く楽しく」をモットーに、子どもたちの可能性を引き出します。

### 【基礎コース】

コーディネーショントレーニングや陸上競技の基礎・基本を中心とした練習です。様々な運動の基礎となる動きを自然に習得できるようにプログラムを構成しています。運動能力の向上と器用になるための練習を行っています。走・跳・投の動きづくりや関節可動域の向上などを通して、ひとりひとりに応じた走る動きづくりに取り組み、子どもたちの可能性を伸ばします。



### 【陸上コース】

基礎コースとの合同練習に加え、専門練習としてリレーやハードル走、中距離走など陸上競技各種目の経験をします。希望者は出場制限のある大会にクラブ代表として出場することができます。



### 【陸上オプションコース】

土曜日・日曜日の全体練習に加え、毎週1回木曜日の放課後に多種目の経験をします。リレー、短距離、ハードル、走幅跳、走高跳、中距離走、ジャベリック投など専門コースよりもさらに内容が拡がり、ひとりひとりに合わせた指導をします。大会出場時には高い目標を臨みます。



### 【中学陸上】

土曜日 8:30~10:30  
日曜日 8:30~10:30  
火曜日 17:15~18:45  
水曜日 16:30~18:30  
木曜日 16:30~18:30

中学陸上はチケット参加制とコース登録制の2コースがありますが、練習日は同じです。(詳細は別紙にてご確認ください。) 中学陸上では、個別の目標に応じ、中学生レベルでの陸上競技としての専門トレーニングを行いより高い目標をめざします。



## 廿日市教室 (サンチェリーサブアリーナ 峰高 他)

園児教室(屋内) 月曜日15:40~16:50

廿日市園児教室では、屋内(体育館)での利点を生かし、マット運動やトランポリン、鉄棒なども取り入れています。各種の運動遊びを中心にかけっこやリレー、縄跳びやラダーもします。

廿日市教室(年長園児・小学生)  
月曜日17:00~

廿日市教室では、屋内(体育館)での練習のあと、屋外のグラウンドでの練習を行います。屋内では陸上運動の基礎や縄跳びなどのコーディネーション運動を行います。マット運動やトランポリン、鉄棒も行います。基礎的な練習のあとで屋外を思いっきり走ることができます。あらゆる運動に通じる基礎的な運動能力の向上を目指します。

## 安佐南教室 (エディオンスタジアム メイン 他)

園児教室 火曜日15:45~16:55

安佐南園児教室では、エディオンスタジアムのメインバックストレート付近を使用して練習をします。各種の運動遊び中心にかけっこやリレー、縄跳びやラダーなど、一流の環境でのびのびと練習をしています。

安佐南教室(年長園児・小学生)  
火曜日17:15~

安佐南教室では、エディオンスタジアムメインを使用して練習をします。走・跳・投の陸上運動や縄跳びなど、かっこいい体づくりのためのコーディネーション運動を行います。また、高学年は本格的なトラックを使って、スパイクで100m走や幅跳びなども行います。

2・3歳児教室 月2回・日曜日 8:30~10:00

楽しい音楽やいろいろな道具を使います。できることがどんどん増える喜びと親子で体を動かすことを楽しむ教室です。参加する幼児に必ず保護者1名が同伴して下さい。



大人RUN T・Fコース (土・日の小学生教室の練習時間に準ずる)

何歳になっても楽しく運動を続けたい成年のためのコースです。主に長距離練習のほか、陸上の様々な練習に取り組んでおり、有志で大会に参加することもあります。



# 年間行事

チャスキでは年間たくさんのプログラムがあります。日々の練習、毎週の練習はもちろんですが、チャスキの目指すたくましさ、しなやかさ、やさしさ。体も心も成長するために、普段の練習とはちがった体験をすることで、また一段と子どもたちは大きくなっていきます。子どもたちは、それぞれの大事な場面で仲間を信じる絆や自分を信じて進む精神力を培っていきます。



運動会 パン食い競争



弥山登山



為末大さんのお話を聞きました



スキー教室



スケート教室



キャンプ

# 社会貢献活動

チャスキはスポーツを通して、すべての人が心身ともに健康で、楽しく幸せに過ごす生活に貢献できるよう活動をしています。チャスキ創始者の為末大と、恩師でありチャスキ代表指導者の河野裕二トークショーでは、会場の皆さんからの質問にお答えすることも交え、子ども達の運動や子ども達への関わり方などについて楽しく語り合いました。また、学校行事のPTCに社会貢献活動の一環として体を動かす楽しさを伝える教室を開催しました。(2016年度実績・・・2校2回)



学校PTC行事での様子



中国新聞より



# 主な成績

## 小学生の活躍

- 2014年  
県小学生総体陸上(福山) 男子団体 総合優勝
- 2015年  
全国小学生陸上(横浜) 男子400mR 第6位  
米澤・谷口・恵南・坂田  
全国小学生陸上(横浜) 男子5年生100m出場  
村上諒  
織田記念陸上(広島) 男子400mR 優勝 大会新  
米澤・谷口・恵南・坂田  
全国小学生陸上広島県予選 女子走幅跳 大会新  
俣山碧  
県小学生総体陸上(福山) 男子団体 総合優勝(2連覇)

- 2016年  
全国小学生陸上(横浜) 男子5年生100m出場  
遊佐碧依  
全国小学生陸上(横浜) 男子80mH出場  
福岡海人  
県民体育大会陸上(庄原) 男子80mH(60cm) 優勝 大会新  
村上諒  
県小学生総体陸上(福山) 男子団体 総合優勝(3連覇)  
県小学生総体陸上(福山) 女子団体 総合第2位

## 中学生の活躍

- 2015年  
全国中学陸上(札幌) 女子400mR 出場  
加崎明由佳  
ジュニアオリンピック陸上(横浜) 男子A砲丸投 出場  
渡辺健太  
全国中学校駅伝(山口) 女子の部 第15位  
永野友菜(第4区走者・区間12位)

- 2016年  
全国中学陸上(長野松本) 女子400mR 出場  
加崎明由佳  
ジュニアオリンピック陸上(横浜) 女子C走幅跳 出場  
俣山碧  
全国中学校駅伝(滋賀) 女子の部 第3位  
永野友菜(第4区走者・区間3位)

# 記録

小学生チーム記録 2017年7月18日現在

- \* 男子  
100m 12"79 米澤晴惟(長東) 2015年10月  
80mH(60cm, 8台)12"21村上諒(なぎさ)2016年10月  
80mH(70cm, 9台)13"38福岡海人(なぎさ)2016年5月  
800m 2'36"13 別所岳(石内) 2016年10月  
走幅跳 4m80 恵南優貴(舟入) 2015年10月  
ジャベリック投げ 56m90 椎葉涼(己斐) 2015年10月  
400mR 51"26 米澤・谷口・恵南・坂田 2015年8月
- \* 女子  
100m 13"57 俣山 渚(八幡) 2017年5月  
80mH(60cm, 8台)12"74山廣彩羽(地御前)2016年10月  
80mH(70cm, 9台)15"17高山響(五日市中央)2016年5月  
800m 2'42"04 永野友菜(大野西) 2014年11月  
走幅跳 4m88 俣山碧(八幡) 2015年10月  
ジャベリック投げ 32m37 俣山碧(八幡) 2015年10月  
400mR 54"50 井分・俣山(渚)・山廣・松本 2016年10月

**CHASKI ホームページ <http://chaski.jp>**  
**無料体験・お問い合わせなどはお気軽にどうぞ**

