

受講  
受付中選手を  
育成専門家による  
指導

第4回

将来世界で活躍するバドミントン  
トップアスリートの育成プログラムバドミントンの基礎的な技術や戦術を習得する  
ための実践練習を行います！

**趣旨** 本プログラムは、バドミントンの普及・育成・強化を行うことで、社会スポーツの文化や価値を高め、日本の競技レベルの底上げを目指し、バドミントンの基礎的な技術や戦術を習得するための実践練習を行います。参加者の競技レベルや個人の課題に合わせた練習プログラムを提供。長期的な目標は、国際大会で日本人選手が活躍すること、そして、オリンピックでメダルを獲得する選手を育てることです。

**開催場所** 筑波大学つくばキャンパス第4体育館（つくば市春日1-2）

**開催日程** 令和7年1月20日（月）、27日（月）、2月3日（月）、10日（月）、17日（月）、3月3日（月）、10日（月）、17日（月）（全8日）

<b>受講対象者</b>	【基礎クラス1】 初級者（小学生～高校生）	17:00-18:00（定員3）
	【基礎クラス2】 初級・中級者（小学生～高校生）	18:00-19:00（定員3）
	【強化クラス】 中級・上級者（小学生～高校生）	19:00-21:00（定員6人）

※強化クラスの目安は中高生県大会ベスト8以上

## 【基礎クラス1・2】

バドミントンの基礎を一から丁寧に学べます。各種ストローク技術（ロビング、ヘアピン、クリアー、ドロップ、スマッシュ、ドライブ、プッシュ、プッシュリターン、ロングリターン、など）や、フットワーク技術、効率の良い身体の動かし方を学び、ショットの安定性や精度の向上を目指します。また、シングルス、ダブルスの基礎戦術や、試合で勝つための考え方を身につけます。小さい頃にバドミントンの基礎を習得しておくことで将来活躍できるトップアスリートの輩出を目指します。

## 【強化クラス】

シングルスとダブルスに必要な技術と戦術を習得できます。エラー（ミス）をしない打ち方（手打ちではなく全身を使って脚・身体で打つこと）を習得します。その上で、ラリーの組み立て方、ディフェンス（守備）の強化、オフェンス（攻撃）の強化、戦術意識の向上などを目指します。県大会上位進出、全国大会上位進出、さらに、将来世界で活躍できるトップアスリートになるための土台をつくります。



お申し込み締切

2024.

12.25

水

先着順

## コーチ紹介

筑波大学バドミントン部コーチ  
AKUA BADMINTON コーチ

漆崎 真子

**受講人数** 各クラスの定員数（最小開講人数 各クラス2名）

**受講費用** 80,000円（税込）

修了証発行：8日間全プログラムに参加した受講者には、筑波大学発行の受講修了証が授与されます

お申し込み  
お問い合わせ

筑波大学エクステンションプログラム [第2回 将来世界で活躍するバドミントントップアスリートの育成プログラム]

〒305-8550 茨城県つくば市春日1-2

高細精医療イノベーション棟1F（受付時間：月～金9:30～17:00）

Tel:029-859-1648

お申し込みはHPにて

<https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>

## 講師紹介



Randeep RAKWAL 教授  
(ランディープ ラクウェル)  
筑波大学 体育系



漆崎 真子 講師  
(うるしざき まこ)  
筑波大学バドミントン部コーチ  
AKUA BADMINTON コーチ



### ○主な戦績

- 2014年 全日本学生選手権大会 単3位、団体優勝
- 2015年 全日本社会人選手権大会 単準優勝
- 2016年 日本ランキングサーキット大会 単準優勝
- 2017年 フィンランドオープン 単準優勝
- 2018年 ヨネックス秋田マスターズ 単準優勝
- 2018年 全日本総合バドミントン選手権大会 単3位
- 2019年 バドミントン日本B代表選出
- 2019年 スウェーデンオープン 単優勝
- 2019年 ドバイインターナショナルチャレンジ 単優勝

茨城県を拠点に人間力向上と競技力向上の両立を目指した指導を行なっています。アスリート時代の経験値と筑波大学で学んだ専門知識を兼ね備えた根拠のある指導を強みにしています。

## エクステンションプログラムについて



このエクステンションプログラムは、社会貢献の一つの形として、本学の高度で先駆的な研究・教育分野から得られた成果をいち早く社会に還元し、皆様に見える形でお届けすることを目的としています。他に例を見ない学際的な融合により、火花を散らしながら生み出された最先端の学問を、本プログラムを通じて直接感じていただければ幸いです。

筑波大学長 永田恭介

## お申し込み方法

### WEB サイトより



WEB サイトにアクセスし、お申し込みフォームよりお申し込み下さい。

### 講座を選択



希望の講座ページよりお申し込み下さい。

### お支払いはカード決済



お手持ちのカードで簡単に決済できます。  
Pay-easyも使えます。

<http://extension.sec.tsukuba.ac.jp> ※受講可否については後日事務局より連絡いたします。

お申し込み  
お問い合わせ

## 筑波大学 エクステンションプログラム

筑波大学エクステンションプログラム事務局

〒305-8550 茨城県つくば市春日 1-2 高細精医療イノベーション棟 1F

Tel:029-859-1648 (受付時間：月～金 9：30～17：00)

お申し込みは HP にて <https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>

お問い合わせはこちらから [ep-sanren@un.tsukuba.ac.jp](mailto:ep-sanren@un.tsukuba.ac.jp)