

# ふくしま シャイニングスター プロジェクト

## ウエイトリフティング競技



### ふくしまシャイニングスタープロジェクトとは

将来、全国大会や国際大会での活躍を希望する中学生に対し、オリンピック選手輩出実績のある競技の適正テスト等を通じて未来の**トップアスリート**を**発掘・育成**する事業です。

「**ウエイトリフティング競技**」では、近内三孝選手(東京2020オリンピック7位入賞)、  
宍戸大輔選手・遠藤梨李選手(2022世界選手権日本代表)らのトップアスリート育成実績のある  
「福島県ウエイトリフティング協会」の指導のもと、「ふくしま」から日本・世界で活躍する  
「**シャイニングスター**」を発掘・育成します。

### こんな中学生を募集しています!!

- ウエイトリフティング競技に**興味**がある中学生
- 新しい競技に**挑戦**してみたい中学生
- **全国**、**世界**を目指したい中学生

～プロジェクトの流れ～  
①参加申し込み連絡  
↓  
②体験、発掘テスト  
↓  
③競技スタート

### ～ウエイトリフティングとは?～

ウエイトリフティング競技は、スナッチ競技とクリーン&ジャーク競技という2つの競技から成り立っています。2つの種目を通して、重い重量を挙げた人が勝ちというシンプルな競技です。

ウエイトリフティング競技を始める上で中学生時代のスポーツ経験はあまり重要ではありません。過去には、中学生時代に合唱部や美術部などの文化的な活動に取り組んでいた生徒が全国大会で活躍したこともあります。そんなウエイトリフティング競技に興味があれば、ぜひご参加ください。

開催日

令和5年

9月9日

10:00～12:00

参加料

500円

(保険料)

持ち物

運動靴、  
運動着、タオル、  
飲み物

■会場:

福島県立田村高等学校 (田村郡三春町持合畑88-1)

■申込方法:

参加希望の方は下記の各担当校の担当者に連絡、  
もしくは右側二次元コードにアクセスし、  
必要事項を入力して送信していただき、  
裏面の資料に記入の上、当日ご持参ください。

■申込先:

福島県立田村高等学校 担当 小野寺 (0247-62-2185)



# ふくしまシャイニングスタープロジェクト

## (ウエイトリフティング競技)参加申込書

※以下の内容をご記入の上、当日、参加会場にてご提出ください。

氏名	_____	保護者名	_____	
学校名	_____	中学校	_____年	
連絡先 TEL	_____			
住所 〒	_____			
性別	_____	身長	_____cm	
		体重	_____kg	
部活動	_____部	その他の運動歴	_____	
【令和 _____年度の体力テスト結果】				
①握力 右	_____kg	左	_____kg	
②上体起こし	_____		_____回	
③長座体前屈	_____cm		④反復横跳び	_____回
⑤持久走	_____分	_____秒	20mシャトルラン	_____回
⑥50m走	_____秒		⑦立ち幅跳び	_____cm
⑧ハンドボール投げ	_____m			
合計得点	_____点	総合評価	_____段階	

### 福島県出身選手の紹介

東京2020オリンピック  
7位入賞



三春町出身  
近内三孝 選手

近内選手は、中学生時代にはバスケットボール部に所属していました。高校入学後、始めは陸上部に所属し、長距離走の選手を目指しましたが、その後、陸上部を退部してウエイトリフティング競技に出会い、高校1年生の途中からウエイトリフティング競技を始めました。練習に一生懸命に取り組み、3年生では全国インターハイ優勝、国民体育大会優勝、ついには2021年に行われた東京オリンピックに出場し、見事7位入賞という成績を収めました。

### 福島県の ウエイトリフティングの取り組み

(下記 HP、インスタグラムをご覧ください)

#### 福島県ウエイトリフティング協会



ホームページ



インスタグラム

ホームページ: <http://fwa.world.cocan.jp/>  
インスタグラム: <https://www.instagram.com/fukushimaweightlifting/>