

Practice club Junior

U15/U17
Junior(U19)
U23

WANTED

コンチネンタルへの挑戦者へ
自転車レースの「勝ち方」教えます

プロを目指す養成所
勝ち上るための練習をする場所です

www.charipro.com
mail@charipro.com

Operation

欧州のプロを目指す選手のサポートをしています U15 (13,14歳) U17 (15,16歳) ジュニア (17,18歳) プロカテゴリーへ勝ち上る仕組みまで指導します

WT (ワールドプロツアーチーム) PT (プロチーム) プロカテゴリーを目指す選手の指導 またコンサルティング (相談) を請けています 欧州では プロ選手になるための「勝ち上る仕組み」が機能し確立されています この日本でも 間違えることなく強くなる練習を積むことで 勝ち上るためのレールに乗ることは可能です そのためには 強靱な精神力と臨むためのカラダの準備 (ロード練習・現状のカラダの把握・トレーニング・レースの走り方) が必要です 欧州の事情やプロの状況 現地の子供たちのことであったり 実際のレースのこと メディアトレーニングとドーピングコントロールまで 勝ち上る全てを教えます

チームではありませんので 現在の状況と今後の進路について 制約することなく案内することができます また現在の所属 今後の所属 U23 (19,20,21,22歳) に至るまで チームや所属先に隔たりなく指導とコンサルが可能です (費用は一切 必要ありません)



- ① インタビュー (面談)
- ② メディカルチェック
- ③ ロード練習・トレーニング

mail@charipro.com
090 4717 7339

日本で「勝ち上るための練習」ができていなければ 欧州のアンダーの選手と闘うこと 勝負することができません 間違った知識や習慣は 早い段階での修正が必要になります 個性と成長期のカラダを充分に確認しながら 個々に1対1で指導します まずは想いや考えを聴かせてください

斉藤 清史 (サイトウ セイジ) 東京都目黒区出身 1965年7月28日生
・パーソナルトレーナー
・日本スポーツ協会公認コーチ (JSPO JCF)

13歳から自転車ロードレースを始め 実業団選手 ナショナルチーム (日本代表) を経てプロ契約選手へ海外転戦後 トレーニングの理論 (運動生理学・内分泌・解剖学・命令系統・メンタルマネジメント他) を学ぶ 2001年 スポーツ施設とパーソナルトレーナー契約 2011年 神宮外苑の施設を拠点に独立 競技者として経験した自身のケガの経緯より トレーナーとして多くの競技者の治療と完治に携わりキャリアを積む トレーニング指導の他 痛みや不具合に特化したコンディショニングも提供 治療を目的とした施術者への指導 (座学・触診・診たて・リハビリ・完治への施術) など研修業務も請ける

2013年育成事業開始 2017年 欧州のプロを目指す選手の育成を開始 選手としての準備 (カラダ・練習・メンタル・振る舞い・知識) と進路についてコンサルティング メディカルサポートもチームの隔たりなく提供 その他 スポーツディレクターとしてチーム及びレースのサポートも請ける

2020年 自身のトレーニングルームを港区新橋到新設

施設:

105-0004 東京都港区新橋 6-5-4 DIK #912 都営三田線 御成門駅 A4 4分 / JR 新橋駅 烏森口 8分
C Professional Conditioning Room (シープロフェッショナル コンディショニングルーム)