

未来へはばたけ！！

宮崎市トップアスリート



2026年開催予定の宮崎国体で活躍できる選手を育成するため『トップアスリート発掘・育成事業』第1期生認定式を開催し、65名を認定しました。

認定式終了後は、体幹トレーニングや保護者向けのメンタル講座を行いました。トレーニングでは自宅課題の体操4種目の説明があり、正しく体を動かす方法を学びました。

これから中学3年生まで、体幹トレーニングを中心とした講座を毎月行い、トップアスリートを育成し、競技力の向上を目指します。



講師紹介

これから皆さんを支えてくださる先生方をご紹介します。



あすリーと道場
BUSHITSU代表
宮田 拓 先生

大阪府出身。中学時代、硬式野球クラブの名門『羽曳野ボーイズ』のキャプテンを勤め大阪選抜チームに選ばれる。スポーツ指導者を志し、オーストラリアをはじめ海外で修行。過去6000名以上の指導経験をもとにあすリーと道場BUSHITSUを設立。スポーツ選手として必要な「体」と「メンタル」両方を育てるトレーニング＆コーチングが好評。



あすリーと道場
BUSHITSUチーフコーチ
渡辺 なおみ 先生

宮崎市出身。宮崎工業高校でインターハイ2年連続出場。国体に3年連続出場。その後、旭化成陸上部へ。マラソンランナーとなり、バルセロナ五輪代表候補選手となる。引退後、09年春高バレーで都城工業高校バレー部をトレーナーとして支え、日本一に導いた。2017年ニューイヤー駅伝では旭化成陸上日本一に貢献する。

☆ 『継続は力なり』 自宅トレーニングを毎日がんばろう！