

## アスリートの悩みを解決！ 本格トレーニング番組「森永トレーニングラボ」 6月13日(日)から放送スタート！

GAORA SPORTSでは、トップアスリートをサポートするプロフェッショナルがアスリートの悩みを解決するトレーニング番組「森永トレーニングラボ」を、6月13日(日)から放送します。

「どうすれば強くなれるのか?」、「どうすれば上手くなれるのか?」、「何をすべきなのか?」。アスリートの悩みを解決するトレーニング番組が GAORA SPORTS で放送スタート。

トレーニングを紹介するのは、森永製菓株式会社が運営する契約アスリート専用のトレーニング施設「森永トレーニングラボ」所属のスペシャリストたち。

テニスの錦織圭選手や、東京ヤクルトスワローズの石川雅規投手をはじめとした世界中で戦うトップアスリートの信頼に応え続ける森永トレーニングラボのスタッフが、競技力やパフォーマンス向上のためのトレーニングや知識をテーマごとに紹介。

プロアスリートも実戦するトレーニングを知るチャンス！日本中のアスリートの悩みをトレーニングで解決します。



### ＜放送概要＞

#### ■番組名:

「森永トレーニングラボ」

■放送日時 ※8月以降の放送日時は決定次第、ホームページでご案内いたします。

| 話数 | サブタイトル                      | 放送日      | 放送時間           |
|----|-----------------------------|----------|----------------|
| 1  | ジャンプトレーニング 1 下肢の可動性改善       | 6月13日(日) | 11:45～12:00 ほか |
| 2  | ジャンプトレーニング 2 体幹・股関節の機能改善    | 6月20日(日) | 11:45～12:00 ほか |
| 3  | ジャンプトレーニング 3 正しい動作習得        | 6月27日(日) | 11:45～12:00 ほか |
| 4  | ジャンプトレーニング 4 実践トレーニング       | 7月4日(日)  | 11:45～12:00 ほか |
| 5  | スプリントトレーニング 1 下肢の可動性改善      | 7月11日(日) | 11:45～12:00 ほか |
| 6  | スプリントトレーニング 2 片足での垂直方向の動作改善 | 7月18日(日) | 11:45～12:00 ほか |
| 7  | スプリントトレーニング 3 神経系改善         | 7月25日(日) | 11:45～12:00 ほか |

※上記情報は変更になる場合があります。

※番組詳細はGAORA SPORTSホームページ(<https://www.gaora.co.jp/dosports/3250370>)をご参照ください。