

外部講師によるトレーニング講習会を実施しました。

2025/04/01 五所川原工科高校において、ボクシング部員を対象に外部講師によるトレーニング講習会を実施しました。

講師の方は、2012年に五所川原工業高校情報技術科を卒業した木村拓磨さんです。高校卒業後は、弘前大学に進学し同大学院を卒業。現在は弘前市内にてジムを経営し、パーソナルトレーナーとして、また現役の選手として全日本および世界大会で活躍されています。

講習会では、はじめて触れる知識や概念が多く学びの多い時間でした。また、講習会終了後には、自身がプロデュースするプロテインを80袋も寄贈していただきました。

お聞きした内容を今後のトレーニングに生かしていきたいと考えています。貴重なお話大変ありがとうございました。

