

岡田 千詠子 (Chieko Okada) プロフィール



職業：ストレングス&コンディショニングコーチ

資格：全米ストレングス&コンディショニング協会（NSCA）認定パーソナルトレーナー

NSCA ジャパン マスターコーチ

日本スポーツ協会認定ジュニアスポーツ指導員

日本臨床栄養協会認定 NR・サプリメントアドバイザー

NSCA ジャパンでの役割：NSCA ジャパン女性 S&C 委員会委員長

NSCA ジャパン指導者育成委員,

NSCA ジャパン東海地域アシスタント地域ディレクター

公益社団法人袋井市スポーツ協会副会長

2001 年より S&C コーチとして、(株)森永製菓ウイダー・トレーニングラボにてオリンピック、プロ、学生選手の指導を行う。2007 年結婚、2008 年(株)森永製菓との契約を終了。2009 年第一子出産、2010 年第二子出産、2011 年よりフリーランスとして、静岡県袋井市を中心に活動再開。子ども～学生選手といった育成を必要とするボトム層の指導、普及に力を入れる。現在は近隣の学生選手への指導と、3 歳から 12 歳までを対象とした子どもへコンディショニングの基礎となる運動教室（アスリートクラブ・袋井市）を主宰。

2013 年より、2022 北京オリンピックに出場したアルペンスノーボーダー三木つばき（19 歳、掛川市）のトレーニング指導を担当。

NSCA ジャパンでは女性 S&C 委員長として、スポーツ女子の特有の問題に対するストレングス&コンディショニングトレーニングの普及のため、指導や講演を行う。また、指導者育成委員会では指導者の育成に力を入れている。

## 職歴

- 2001年～2008年 森永製菓(株)ウイダー・トレーニングラボ 勤務
- 2009年～2011年 出産育児のため休業
- 2011年～ フリーランスとして静岡県袋井市を中心に活動中
- 2015年～ 袋井市スポーツ協会水泳部にてアスリートクラブ主宰
- 2017年～ NSCA ジャパン女性ストレンクス&コンディショニング委員会発足
- 2020年～ 袋井市スポーツ協会理事就任
- 2021年～ 袋井市スポーツ協会副会長就任

## 講演

- ・2017年1月28日 NSCA Inter National Conference Women's luncheon 「女性トレーニングコーチのキャリア」
- ・2017年～ NSCA ジャパン主催セミナー「女性におけるS&Cの意義」
- ・2017年 平成29年前期 袋井市親子うんどうあそび教室受託 など
- ・2019年 2020年 国土館大学、日本文理大学、徳島県あわ女医科学サポート事業などにて「女子アスリート」「ジュニアアスリート」をテーマに講義を行う。
- ・常時： 「オリンピックリフティング/レジスタンストレーニング/自体重エクササイズ」「ジュニアアスリートへのトレーニング導入について」「女子アスリートのコンディショニングトレーニング」などの講義を全国各地で実施
- ・2021年 袋井市スポーツ協会 ACP 事業講師
- ・2022年 掛川市スポーツ協会主催学童野球傷害予防教室講師