

PRESS RELEASE

報道関係者各位

2020年5月7日
株式会社イースリー

5月7日 NHK「おはよう日本」で紹介！

Jリーグで20年フィジカルコーチを務めた谷真一郎氏による スピードアップを目指したオンラインプログラム

「スポーツと教育」「スポーツを通じた社会課題の解決」をテーマに、サッカーの育成・普及に関わる様々な事業を展開する株式会社イースリー（所在地：東京都千代田区、代表取締役 CEO：小野寺 徹也）は、ヴァンフォーレ甲府フィットネス・ダイレクターの谷真一郎氏監修によるラダートレーニング「タニラダー講習会」を新型コロナウイルスによりチーム活動停止や自粛などの情勢に合わせてオンラインでのプログラム（<https://www.sakaiku.jp/real/taniladder/>）を開始いたしました。5月7日NHK総合「おはよう日本」6時台のスポーツコーナーで紹介され、選手と指導者双方向のオンラインプログラムとして注目をされています。

■監修・コーチ

谷 真一郎 / ヴァンフォーレ甲府フィットネス・ダイレクター



筑波大学在学中に日本代表へ招集される。同大学卒業後は柏レイソル（日立製作所本社サッカー部）へ入団し、1995年までプレー。引退後は柏レイソルの下部組織で指導を行いながら、筑波大学大学院にてコーチ学を専攻する。その後、フィジカルコーチとして、柏レイソル、ベガルタ仙台、横浜FCに所属し、2010年から2019年までヴァンフォーレ甲府のフィジカルコーチを務める。

『日本で唯一の代表キャップを持つフィジカルコーチ』

【取得資格】

筑波大学大学院コーチ学修士/日本サッカー協会認定A級ライセンス/AFCフィットネスコーチ レベル2

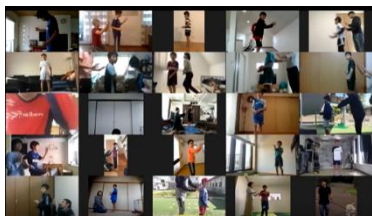
■タニラダーとは？

元サッカー日本代表で、ヴァンフォーレ甲府フィットネス・ダイレクターの谷真一郎氏が考案したスピード強化トレーニング。「タニラダー」とは4マスの特異なラダーを使い、サッカーの動きから逆算したステップ・ワークや身体の姿勢、使い方をマスターするトレーニングです。

サッカーでは、Jリーグ12チーム、Jリーグアカデミー5チームがタニラダーを採用しています。

■タニラダーオンラインプログラム

① タニラダーオンライン講習会



直線のランニングやアジリティのスピードアップを目指した体の使い方、ステップの習得を各回30名定員にてオンラインレッスンを行います。オンライン講習会では、谷コーチ以外にもタニラダーインストラクターがサポートスタッフとして入り、グループレッスン等で習熟度を確認していきます。

【5月開催予定】

5月10日(日)14:00~16:00

※緊急事態宣言の状況に応じて5月23日(土)、24日(日)も開催いたします。

【参加費】3,500円 【対象】小学校4~6年生 ※タニラダー所有していなくてもご参加可能です。

② タニラダーパーソナルトレーニング



谷コーチが直接、対象生徒の20m走、アジリティ要素を入れたランニング映像を確認、抱えている課題を確認。スロー動画、静止画を用いて課題を説明し、課題を解決するトレーニングをオンラインにてマンツーマンレッスンを月2回行います。

【定員】月10名まで 【費用】45,000円

【対象】小学校4年生以上

※中学生以上のトレーニングも承っております。

【内容】映像分析、改善ポイント面談・トレーニング2回、改善プログラム動画の配信

■パーソナルトレーニング成果



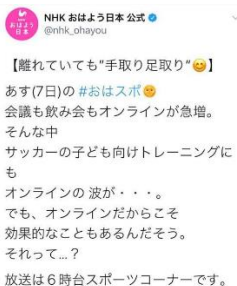
【膝の上がり方の変化】

トレーニング前は膝の上がり方が45度程度、着地した足を後ろに蹴り上げ、時間ロスをしていました。トレーニング後は膝が約80度まで上がるようになり、地面反発を使って走ることが出来るようになり着地した足を後ろに蹴り上げることが無くなりました。

【軸の変化】

トレーニング前は、腕の振りが斜めになっていたことで、上半身が左右に揺れて体幹部が回旋しながら走ること、時間ロスが生まれていました。トレーニング後は、腕の振りも前後になり上半身が左右の揺れ、体幹部が回旋することなく時間ロスが無くなりました。

■NHKニュース「おはよう日本」スポーツコーナーで紹介されました



<番組詳細>

NHK 総合で毎週月曜~金曜 午前4時30分/毎週土曜 午前6時/毎週日曜 午前7時に放送している朝のニュース番組。5月7日(木)6時台のニュースコーナーで「タニラダーオンライン講習会」が参加者と指導者の双方向でのオンラインレッスンとして紹介されました。



【株式会社イースリー概要】

所在地: 東京都千代田区九段南 2-4-11 HIVE TOKYO 703

設立日: 2003 年 8 月 8 日 代表: 代表取締役 CEO 小野寺 徹也 URL: <http://www.e-3.jp/>

事業内容:

- ・メディア事業(Spike!, サカイク、COACH UNITED、ヤンサカ等)
- ・リアル事業(フットサル大会運営、サッカースクール・キャンプ・イベント運営等)
- ・リテール事業(タニラダー、知のサッカー等オリジナル商品の企画・販売等)

【本件に関するお問い合わせ先】

企業名: 株式会社イースリー 担当者名: 平木 千尋

Email: info@e-3.jp

TEL: 03-5210-1221



※新型コロナウイルス感染防止のためテレワークとなります。お問い合わせは、メールにてご連絡ください。