



クラブ方針（令和8年度～）

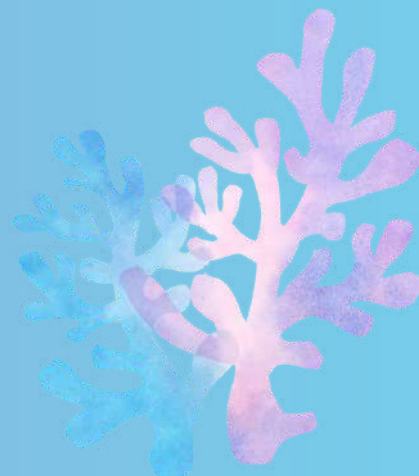
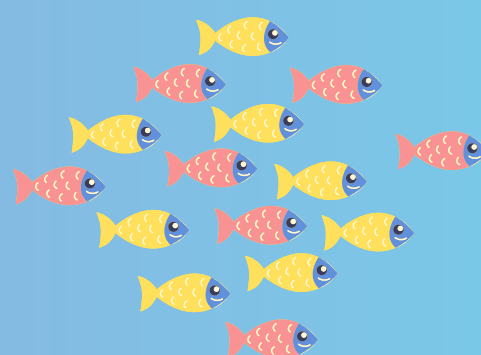
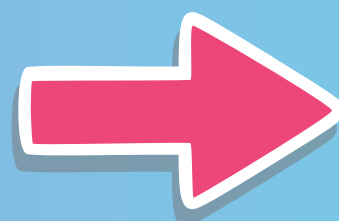


2023年9月～2025年12月

旧：古賀ジュニア陸上競技クラブ



「努力」文字は現代の子には
固い、厳しいイメージ
チーム名も現代には古い名称



2026年1月～

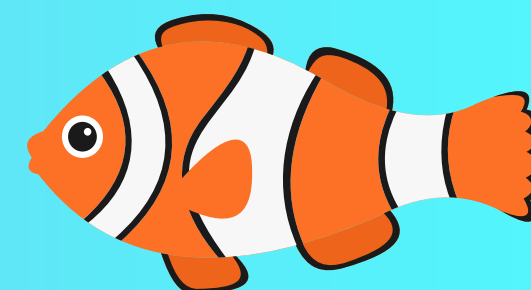
新：AQUA KOGA

①チームカラーでもある
青色から「水」=AQUA

②海での練習もするため
「広く・美しく・楽しく」

③海に例え
色んな子に出逢い、同じ仲間であること

④濁らず、透明さで生きる
(非行に走らず、心綺麗に生きる)



～ AQUA方針～

速い選手ではなく、心の広い選手になれ

陸上競技を通して3つの育バランスを整える

徳育

社会性・生きる力



- 異年齢の思いやり、尊重
- 挨拶は必ず、顔を見て行う
- 良いことを見本にする

体育

健康・安全に
生きていく力



- 走り以外にも、様々な運動を取り入れ、心身共に健康で強い、明るい、逞しい子へ

知育

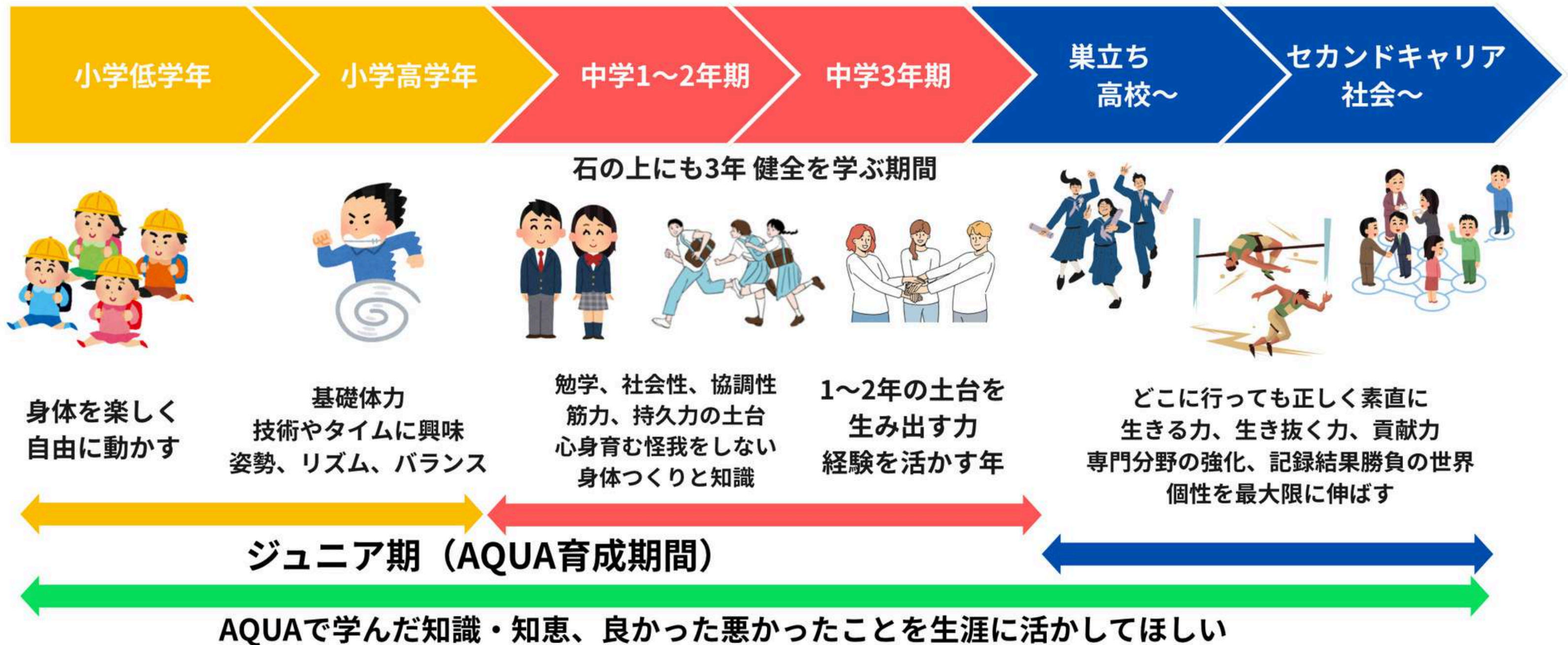
判断力、創造力、思考力
可能性を広げる



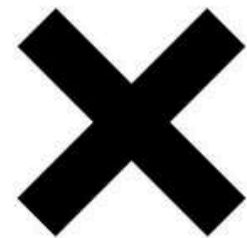
- 自分で考え、判断し、行動する
- 問いかけ、仲間と協力
- 相手の意見の尊重・認め合う

AQUAプロジェクト：学び～巣立ちルート

陸上だけ出来ても、将来には繋がらない
中学では学びの土台作り→高校生からが本番



AQUAの求める人材



悪い人生

- 陸上（運動）一本人生
- 社会の常識がない（後で苦勞する）
- 我が道を行く（孤立・相手にされない）
- 陸上（運動）以外、何もできない

※ただし陸上が好きで、人生の失敗を語れる人です



良い人生

- 文武両道（心身の力がある人）
- 社会性・協調性がある人
- 周りに貢献できる人（道が広がる）
- どんなことにも取り組める人
（社会から求められる人）

練習は教えすぎない

自分達で成長を感じることが大事

正解のある練習なら誰でもやる

監督が見ているところは基本ができるか

耳+目=心
「聴く」

- ① 挨拶、目線など、話を聴ける姿勢（顔を見れる人間にする）
- ② 目的を大事にする。声に出し、真剣に目標に向かう姿
- ③ 必ず報告連絡相談（選手同士、監督）
- ④ 成長を誉める、貢献する姿を誉める（準備や片付けなど）



感じること、実感すること、継続すること

OB生徒：高校指導者からの評価（まだ創部短いですが・・・）

他の中学校、クラブの生徒よりも
AQUAの子達は「かなりしっかりしている」「走り方がキレイ」と
評価されており、信頼性も記録の伸び率も高い



指導者からのお褒めの言葉

自分で判断できる力、行動力

継続力、責任能力

仲間、上司からの信頼関係

ジュニア期に筋肉をつけすぎない・練習しすぎない。早咲きと遅咲きは必ずいる

何も咲かない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ
やがて大きな花が咲く (高橋尚子)

小・中学時

結果が出なくても
小さな成長を褒め、見守ること

- ①勉強と基本生活を重視
- ②トレーニングは①の次

高校に向けて、土台を作る

高校時

高校でかなり
練習量と質が増える

対応できる身体
対応できる考え方

個性を発揮

監督は一人ひとりの体格（身長・筋力）を見て慎重に育てている

入会について

	入部可能	入部お断り①	入部お断り②
小学生クラス (週2) 4000円	古賀市内 1～6年生	古賀市外	迷惑かける子
プチアスリートクラス (週2+水曜土曜) 5000円	古賀市内 6年生	古賀市外	勝利至上主義 保護者介入(過干渉)
アスリートクラス (FREE) 6000円	中学生(古賀市内・外)	クラブ移籍希望者 クラブ掛け持ち	勝利至上主義 保護者介入(過干渉)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
練習場所	古賀北中 または リーパスG	リーパスG	古賀中or古賀西 リーパスG	リーパスG	リーパスG	古賀市内 福工大陸上競技場	—
小学生クラス (週2固定)	17時00分～ 19時00分	17時00分～ 18時30分	×	17時00分～ 18時30分	17時00分～ 18時30分	—	—
プチアスリート (週2平日) (水曜・土曜)	17時00分～ 19時00分	17時00分～ 18時30分	16時30分～ 19時00分	17時00分～ 18時30分	17時00分～ 18時30分	午前or午後 または大会など	基本休み
アスリートクラス	16時30分～ 19時00分	16時30分～ 19時00分	16時30分～ 19時00分	基本休み	16時30分～ 19時00分	午前or午後 または大会など	基本休み

監督は☆の日を指導・アドバイス

	月	火	水	木	金	土	日
小学生陸上 (週2)	☆	☆	—	☆	☆	△	—
プチアスリート (週2+水・土)	☆	☆	★	☆	☆	★	基本休み
アスリート (FREE)	自主練	自主練	★	自主練 休み	自主練	★	基本休み

やらされる練習ではなく、やる練習（自分の体調に合わせる）

現中学生（3年間）

クレーマージャパン



新6年生以下から

WIND LOPE



女子セパレート（上）



男女スパッツ（下）

旧KOGAは
「AQUA」のワッペンをつける

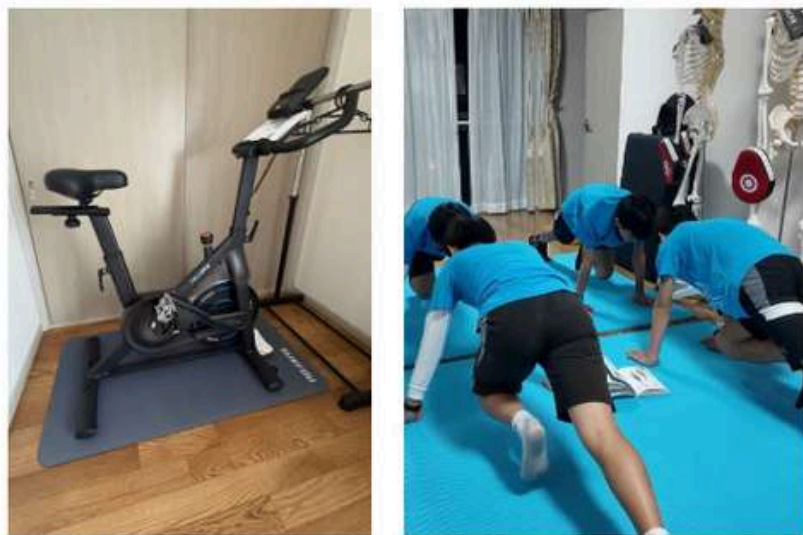
移行→新6年以下からは
(WINDLOPE)

新中学生～現中学生
卒業まで (クレーマー・ジャパン)

	クラブ練習着 (必須)	ユニフォーム (小学生) (新6年生以下)	ユニフォーム (中学生) (新中学生以上)
上 (シャツ)	3,500円 (小中学生)	5,500円	6,500円
下 (パンツ)	2,000円 (セットのみ) 2,500円 (単品のみ)	5,500円	6,500円
下 (スパッツ)	—	—	4,500円
上セパ (女子)	—	—	6,900円～7,900円

..... [監督自宅（古賀市） トレーナールーム]

選手達の体幹トレーニング、エアロビクス、エアロバイク、整体マッサージ
スタッフ・選手ミーティングルーム（TVでレース振り返りなど）



エアロバイク
体感トレーニング



整体マッサージ



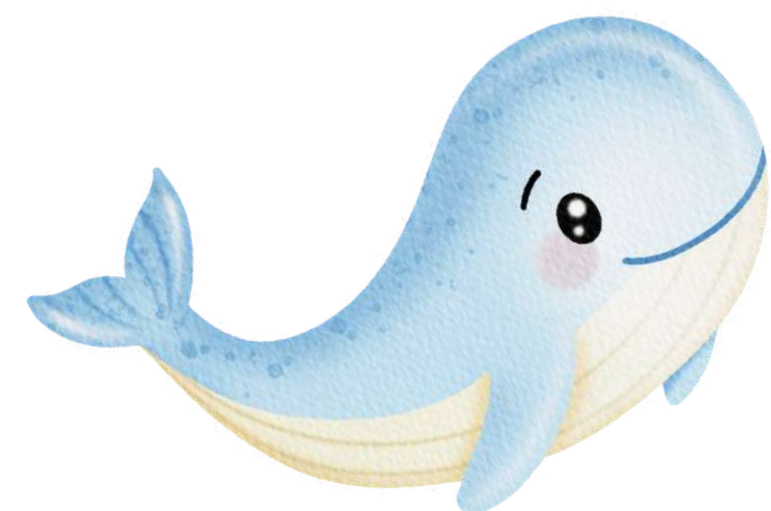
ミーティングルーム

毎月9日までにご連絡を

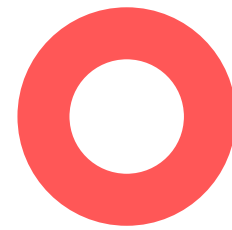
- ✓ 1～9日以内であれば月謝不要
- ✓ 10日以降は満額支払い
- ✓ 2ヶ月連続の休みは出来ません（怪我以外）
- ✓ その他：振り替え練習は出来ません



その他ご相談は、直接ご連絡ください

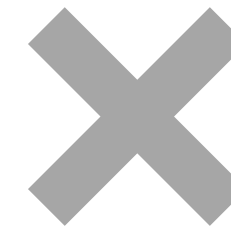


[退会について・方法について]



良い退会

- **親子面会（3者面談）**での退会（理由報告）
※LINEなどの報告は一切認めません（小中学生）
- 7月末、11月末、3月末 退会（アスリート）
- 毎月末1週間前に報告（小学生陸上）
- 月末練習に挨拶・退会



悪い退会（アスリート）

- 子どもからの急な退会報告（LINEなど）
- 親も急なLINEのみでの退会（マナー悪い）
- 年度途中での移籍※1.2. 途中退会※1.2
 - ※1 1年間クラブ登録はいかなることも消しません
 - ※2 退会月以外は違約金（退会月までの残り月謝料金）
 - ※3 在籍中に別クラブ練習発覚時は即退会と別違約金

その他変更点

①古賀市中学校部活動のために行っていたが
今後については、学校部活動側とは関わりを持たない方針
部活動所属でも、部活に行く行かないは本人の自由（自己判断）
「部活動に行きなさい、行くな」とはクラブからは言わない。
勉強塾と一緒にある。クラブ側は責任は取らない

②古賀市外の部活動生も受け入れ（中学生）
古賀市内だけであったが、古賀市内だけでは厳しいと判断し
古賀市外でクラブを求める子受け入れをする
ただしクラブ方針をしっかりと理解しての入会
勝利至上主義、掛け持ち、クラブ移籍希望者は入会拒否、退会させる