

## 荻原和希 Kazuki Ogiwara

JARTA SSrank

理学療法士 | アニマルフロー認定インストラクターlevel2.AFD

### 主な実績

2017年～ かみもとスポーツクリニック勤務

2019年～ 栃木商業高校 ハンドボール部 トレーナーとして活動開始

2020年～ 栃木県を中心にワークショップを定期開催開始

### 努力の方向性をより多くの人に示す

学生時代は空手道に打ち込み国際大会で3位を経験。

練習の強度を上げ、強くなることはできたが腰痛に悩まされる日々が続く。病院に行っても治らず、自分で治せるようになると決意し理学療法士を目指す。

練習の強度を上げるだけでは限界があることを選手として経験し、努力の方向性を示すことの重要性を知る。

学生時代から、『努力の方向性をより多くの人に示す』という目的は変わらず、自分がトレーナーとして活動する軸になっている。選手のレベルアップには自分自身のレベルアップも重要だと思い、自身のトレーニングも継続。

今後も多くの人に努力の方向性を示せるようレベルは常に上げていく。