



当クラブ runx3 の代表プロフィール 金尚龍 (きん しょうりゅう)

世界陸連公認コーチ
陸上十種競技 アジア大会メダリスト

私は中学時代に陸上競技を始めました。中学の3年間は種目を絞らずに取り組んでいましたが、高校時代は走高跳を専門に取り組むようになり、高校3年間の成績はインターハイの予選を通過する程度でした。

順天堂大学に進学し、2年生の時から十種競技を専門に取り組むようになりました。関東インカレ、全日本インカレで優勝して学生日本一を獲得する事が出来ました。

十種競技の内、ほとんどの種目が初体験で最初は戸惑いしかありませんでした。初めから何でも出来たわけではなく、徹底的に基本に忠実に取り組み、できなかったものを一つ一つ地道にクリアしていきました。また、素晴らしい仲間達や良き指導者に恵まれた結果、獲得することができたタイトルだと感じております。

その後は競技を続けてオリンピック出場を目指し実業団に進みました。ゴールドウィンで3年、八千代工業で3年間、計6年間競技を続けました。主な戦績は日本選手権で2位(ちなみにその時の優勝は武井壮さん)、3位が2回。1998年のバンコクアジア大会で5位、2000年のアジア選手権で3位、とオリンピック出場はかないませんでした。かけがえのない経験ができたと自負しております。そしてその年に現役を退きました。

世界陸連の公認コーチ(レベル1)を取得、小学生向けの陸上教室での指導経験から、東京経済大学、成蹊大学での学外コーチの経験までありますので、小さな子供達から体育会学生レベルまで、幅広い層への指導が可能です。他にも、横浜市主催する障がい者かけて教室にも指導者として携わってまいりました。

幅広い年代の、様々なスポーツをしている子供達に走る楽しさ、走りの大切さを伝えて、一人でも多くのトップアスリート輩出できればと思っています。子供達が夢を見ることの大切さを伝える、そのお手伝いがしたいと考えています。

かけっこの楽しさだけでなく、走りが速くなることで得られる経験や自信を伝えたい!学校の運動会でリレーの代表になる、徒競走で1番になる、スプリントを鍛えて野球やサッカーでも活躍できる、そういった喜びを提供したいと思います。

●主な戦績

順天堂大学時代に学生日本一を経験。社会人では国際大会に多数参加、メダル獲得

1994年 関東インターカレッジ、日本インターカレッジ 男子十種競技 優勝

1996年 日本選手権陸上競技大会 3位

1997年 日本選手権陸上競技大会 2位

1998年 日本選手権陸上競技大会 3位

1998年 福岡アジア選手権陸上 5位

2000年 ジャカルタアジア選手権陸上 3位

●指導歴

東京陸上競技協会主催 小学生体験教室 棒高跳び担当

朝鮮大学校 陸上競技部監督

東京経済大学 陸上競技部 学外コーチ

成蹊大学 陸上競技部 学外コーチ

横浜ドリーム ※障がい者かけて教室 指導者

日本テレビ放送網株式会社 主催 ドリームコーチング 公認コーチ

●資格

世界陸連公認コーチ

日本陸連公認 ジュニアコーチ

