

The background features a light blue gradient with various 3D-rendered elements. There are numerous spheres of different sizes and colors, ranging from light blue to deep purple. Some of these spheres are clustered together, forming larger, organic, cloud-like shapes. The overall aesthetic is clean and modern, with a focus on geometric and organic forms.

**TEAM TSU**  
**候補選手育成プログラム**

# TEAM TSU

## 代表選手

TSUを代表する選手として、優れた能力をもち全国大会での活躍が期待されるトップアスリート

## 候補選手

代表選手を目指し、日々練習に精進し今後の活躍が期待されるアスリート

# 勝利への戦略

全国制覇に向けた取り組み

## 代表選手

TSUを代表する選手として、更なる活躍に向け相撲に専念できる環境を整備する。

### TSU代表選手への支援例

- 遠征費用の一部免除
- 活動費の補助支給
- 充実した進学先への推薦
- 青まわしの寄贈

## 候補選手

TSU代表を目指す選手として、レベルアップに向けた多様な取り組みに参加できる。

### TSU候補選手の取り組み

- 育成プログラムの受講
- スポーツ医科学サポート支援
- TEAM TSUの合宿参加

## TSUステップイメージ

### 生涯スポーツ志向

**TSU相撲スクール**  
相撲に触れる

**TSU相撲地域道場**  
楽しく本格的に取組

**TSU相撲教室**  
相撲を知る・学ぶ

**TSUトレーニングキャンプ**  
様々な観点からスキルアップ

### 競技スポーツ志向

**TEAM TSU候補選手**  
もっと強く・もっと上へ

**育成プログラム**

**TEAM TSU代表選手**  
日本一を目指して

## 育成プログラム

候補選手のレベルアップに向け、相撲に特化した中期強化プログラムを実施する。



**TSUトレーニングキャンプ**  
様々な観点からスキルアップ



**候補選手育成プログラム**  
相撲特化型トレーニングで強化

- 週2回の追加メニュー
- 県外強豪チームへの遠征
- 相撲部屋・大学での合宿
- トレーナーによる専門指導
- 整体ケアの実施

## 応募条件

プログラム受講はTEAM TSU候補選手に昇格する必要があります。

### 応募条件

- ①小学校4年生以上であること
- ②通常練習の月平均出席率80%以上
- ③全国で活躍する意思が強いこと
- ④①～③のほか競技力向上対策本部長が認めた場合

## 受講料

本プログラムは**有料**です。受講には料金が発生します。

TSU選手会員年会費  
36,000円

+

TEAM TSU会費  
4,000円/月

+

合宿遠征費  
都度徴収

遠征費の一部補助、トレーニング教材費、練習後の捕食費等が含まれます。

# プログラムイメージ (とちぎの1カ月)

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
自主トレ	道場練習	相撲実践	オンライン トレーニング	道場練習	オフ	オフ
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)
自主トレ	道場練習	オフ	道場練習	移動日	強化合宿	強化合宿
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)
オフ	道場練習	相撲実践	オンライン 座学講座	道場練習	移動日	大会参加
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
オフ	道場練習	相撲実践	オンライン トレーニング	道場練習	自主トレ	オフ

# プログラムイメージ（あおもりの1カ月）

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)
オフ	相撲実践	道場練習	オンライン トレーニング	自主トレ	道場練習	オフ
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)
オフ	相撲実践	道場練習	道場練習	移動日	強化合宿	強化合宿
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)
道場練習	オフ	道場練習	オンライン 座学講座	相撲実践	移動日	大会参加
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
オフ	相撲実践	道場練習	オンライン トレーニング	自主トレ	道場練習	オフ

# オンライントレーニング・座学講習（例）

高木 理事 相撲の起源と歴史

奥谷 理事 アジリティトレーニング

菊池 理事 コーディネーショントレーニング

松園 理事 フィジカルトレーニング

寺尾 理事 基本動作及び礼法指導

花田 理事 アジリティトレーニング

飯島 委員 コンディショニングケア

今 委員 フィジカルトレーニング

The background features a light blue gradient with several 3D-rendered shapes. On the left side, there is a large, complex, organic shape in shades of blue and purple. Scattered throughout the scene are various sized spheres, also in blue and purple tones, some appearing to float or be part of the larger structure. The overall aesthetic is clean, modern, and futuristic.

# **TEAM TSU**

# 一般社団法人トツプスターユニオン

090-4927-8540

INFO@TSU-SUMO.OR.JP

WWW.TSU-SUMO.OR.JP