

contents **01 タックル** 脇くぐり/ハイクラッチ/両足タックル/足首を取るタックル  
片足タックル/片足タックル処理/膝引っ掛け/内掛け  
一本背負い/腕取り/腕取りからの飛行機投げ

contents **02 がぶり** がぶってからの振り/がぶってからの足取り固め

contents **03 バックを取ってからテイクダウンまで** クラッチリフト/四つばい

contents **04 カウンターアタック (Re-shot)** カウンターアタック (Re-shot)

contents **05 タックル防御** タックルを切ってからバックに回るまで

contents **06 がぶられてからの防御** がぶられてからの防御



WRESTLING NTS



# JAPAN TECHNICAL VIDEO WRESTLING 2

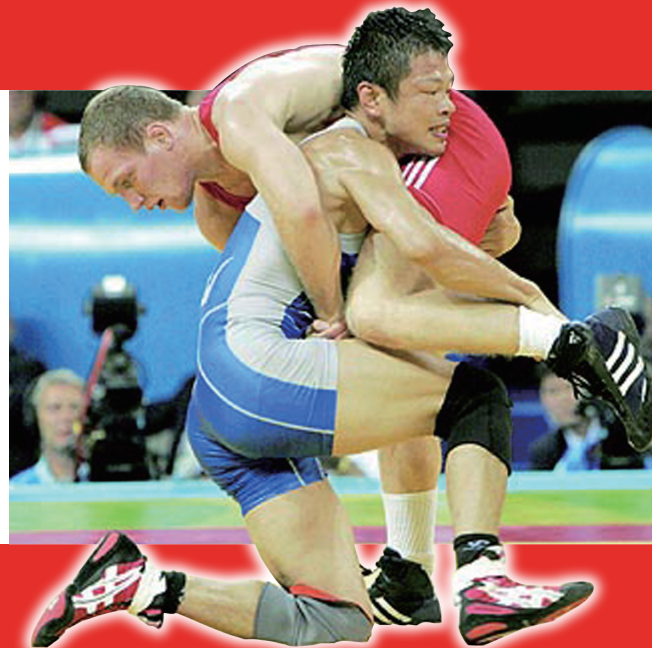
vol.2

フリースタイル  
～スタンドテクニク編～

## 世界をスタンダードとしたジュニア、シニアの課題克服のため

日本レスリング協会では、将来の有望選手を発掘・育成するために一貫して指導する体制としてナショナルトレーニング・システム(NTS)を構築しました。これまでに全国を6ブロックに分けての研修会や中央(国立スポーツ科学センター)における研修会での発掘・育成を始めとして、海外研修、世界選手権帯同等の新しい試みをいくつも実施してきました。今回、世界をスタンダードとしたジュニア、シニアの課題克服のための一つとして、グレコローマンスタイルに続き、フリースタイルのテクニカルビデオを作製しました。本ビデオが、選手を始め各地で熱心に指導されている指導者の方々に大いに役立つことを切に願っています。

強化委員会 委員長 富山英明



APPROX 30分	片面一層 MPEG-2	NTSC 日本市場向	4:3	COLOR	レンタル禁止 複製不能	
---------------	----------------	---------------	-----	-------	----------------	--

このDVDは、無断で複製、放送、有線放送、上映、レンタル(有償・無償を問わず)することは法律によって一切禁止されています。  
【おこわり】このDVDは、映像と音声を高密度に記録したディスクです。DVDビデオ対応のプレーヤーで再生してください。各再生機能操作については、ご使用になるプレーヤーおよびテレビの取り扱い説明書を必ずご参照ください。

【DVD鑑賞上の注意】ご視聴の際には部屋を明るくし、なるべく画面から離れてご覧ください。

レスリングNTSテクニカルビデオ vol.2 フリースタイル ～スタンドテクニク編～

発行 財団法人日本レスリング協会  
企画・制作 財団法人日本レスリング協会・NTSプロジェクト/フリースタイル担当 和久井始 和田貴広 佐藤満/久木留毅  
撮影協力 田南部力 井上謙二  
制作協力 有限会社アイ・ツ



レスリングNTSテクニカルビデオ  
vol.2 フリースタイル ～スタンドテクニク編～

(財)日本レスリング協会  
レスリングNTS(ナショナルトレーニング・システム)