

各 位

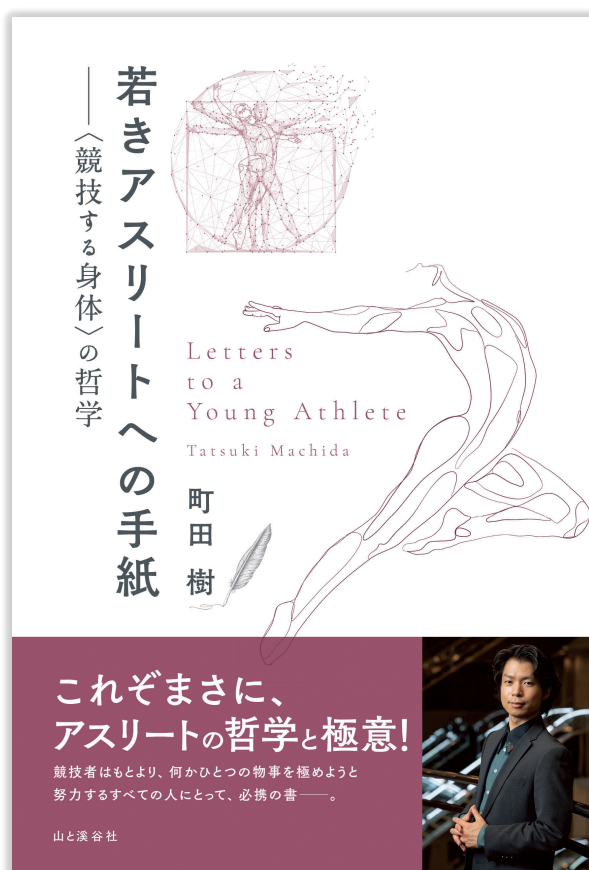
2022年3月18日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

町田樹氏がすべてのアスリートに贈る渾身の一冊!! 『若きアスリートへの手紙——〈競技する身体〉の哲学』3月19日(土)発売!!

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、元トップフィギュアスケーターで、現在はスポーツ科学研究者として活動する町田樹氏の新著『若きアスリートへの手紙——〈競技する身体〉の哲学』を2022年3月19日に発売いたします。



これぞまさに、アスリートの哲学と極意！

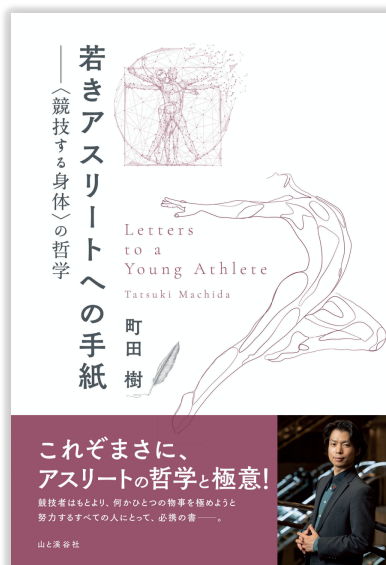
何かひとつの物事を極めようと努力するすべての人に捧ぐ、珠玉の21篇！

本書は、町田樹氏がトップフィギュアスケーターとして培った経験や、スポーツ科学研究者として考察した新たな知見をもとに、スポーツ界で日々活躍するアスリートに向けて、さまざまな極意や哲学を提供するものです。また、芸術を志す若きアーティストやスポーツ以外の習い事に取り組む方々など、ひとつの物事を極めようと努力するすべての人に届ける、知的探究の一書となっています。

■目次

- 第Ⅰ部 すべてのアスリートへ
- 第1信 コツをつかむコツ
- 第2信 スランプ脱出法——アルゴリズムとヒューリスティックの使い分け
- 第3信 基礎の正体
- 第4信 ループ・オブ・ザ・ヴィクトリー ——成功体験繰り返しの法則
- 第5信 緊張状態制圧戦略
- 第6信 知識革命への煽動——身体運動の訓練だけが練習ではない
- 第7信 “1日休めば取り戻すのに3日かかる”の嘘——コロナ禍時代の新発見
- 第8信 サバイバル・イン・ザ・スポーツワールド——自分国統治論
- 第9信 ライバルとは誰か？
- 第10信 スポーツ界解脱論——己の引退時期を見極める
- 第11信 人生補完計画——アスリートのためのキャリアデザイン論
- 第Ⅱ部アーティスティックスポーツのアスリートへ
- 第12信 美的探求の心得——より美しくを目指すための第一歩
- 第13信 踊るアスリートのための著作権入門その1——あなたは著作物の利用者である
- 第14信 踊るアスリートのための著作権入門その2——振付師は著作者になれる
- 第15信 踊るアスリートのための著作権入門その3——あなたは実演家である
- 第16信 表現力の鍛え方
- 第17信 スターへの近道——舞踊マスターのすすめ
- 第18信 マスターピースの条件——優れた振り付けを生み出すために
- 第19信 音楽選曲からはじまる世界創造——二次創作としてのアーティスティックスポーツ
- 第20信 自分美学への招待——オリジナリティの見つけ方
- 若きアスリートへ捧ぐ最後の置き手紙
- 第21信 感動は与えられない

■書籍の詳細



[書名] 若きアスリートへの手紙——〈競技する身体〉の哲学

[著者] 町田 樹

[定価] 3,960円（本体3,600円＋税10%）

[判型] 四六判／上製本

[頁数] 488ページ

[発売日] 2022年3月19日

[ISBN] 978-4-635-45055-3

◆書籍の詳細

<https://www.yamakei.co.jp/products/2821450550.html>

◆著者メッセージ

<https://www.youtube.com/watch?v=d9LOR4rHjoo>



■プロフィール

町田 樹（まちだ・たつき）●1990年生まれ。スポーツ科学研究者。現在、國學院大學人間開発学部助教。2020年3月、博士（スポーツ科学 / 早稲田大学）を取得。専門は、スポーツ&アーツマネジメント、身体芸術論、スポーツ文化論、文化経済学。主著は、『アーティスティックスポーツ研究序説』（白水社、2020年）[2020年度日本体育・スポーツ経営学会賞受賞]。また、かつてフィギュアスケート競技者としても活動し、2014年ソチ五輪個人戦と団体戦ともに5位入賞、同年世界選手権大会で準優勝を収めた。2014年12月に引退後は早稲田大学大学院に進学すると同時に、プロフェッショナルスケーターとしても自らが振り付けた作品を、アイスショーなどで発表。2018年10月にプロを完全引退したが、現在も研究活動のかたわら、振付家としても活動中である。

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心に、国内外で山岳・自然科学・アウトドア等の分野で出版活動を展開。さらに、自然、環境、ライフスタイル、健康の分野で多くの出版物を展開しています。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証1部9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：村尾
〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング
TEL03-6744-1900 E-mail: info@yamakei.co.jp
<https://www.yamakei.co.jp/>