

2024.01.11(SAT)

CHIBA  
Jr.Athletic Club

C-jac 2025

2025

# 第1回 CHIBA ジュニア強化練習会 やるしかかねえ 2025

## <練習会日程>

1. 1月11日(土) 9:00~15:30
2. 1月25日(土) 9:00~15:30
3. 2月22日(土) 9:00~15:30
4. 3月1日(土) 9:00~15:30

## <その他>

・車やバスでの送迎の乗降は、すべて大駐車場で行ってください。センター内の車道での駐停車はおやめください。バスの乗降も、大駐車場を利用してください。

## <1日の流れ>

- 8:30 スタッフ集合・ミーティング
- 9:00 開門・準備
- 9:20 開講式
- 9:30 ブロック別練習開始(午前)
- 12:00 ブロック別練習終了・昼食・休憩
- 13:00 ブロック別練習開始(午後)
- 15:00 ブロック別練習終了
- 15:10 片付け完了
- 15:15 閉講式
- 15:40 閉門・ミーティング・解散

## 強化普及プロジェクト

PROJECT D

挑戦者たち Challengers

- ① 王座奪還へ向けて頑丈な土台の基礎固めと、初心者からトップ選手までカテゴリーに合わせた指導をする。
- ② ブロック内で Top of Top を育成する。(個別への特別な指導)※全中や関東で優勝等を狙える選手育成
- ③ 参加校の顧問の先生方にも、一緒に指導に当たってもらう。(相互指導)
- ④ 指導者においては、1人の考えだけでなく、ベテランから若手まで、多くの考えを引き出しながら、より良いものを伝えられる環境づくりをする。

ためらわず挑戦を！～みんなで陸上競技を楽しもう～

## < その他 >

- 昼食等は、各自で持参してください。(寒さ対策なども忘れずに！)
- その週の練習会の流れ等は、毎週火曜～水曜にはHPへアップしていきます。
- 悪天候等により練習会を変更・中止する場合は、一斉メールとC-jacにて連絡します。
- 強化指定選手以外の学校の生徒が参加する場合は、必ず顧問が引率して参加することとします。
- 怪我や事故があった場合、日本スポーツ振興センターの保証の対象になります。