

2025.02.22(SAT)

C-jac 2025

2025

TEAM CHIBA JF

# 第3回 CHIBA Junior 強化練習会 やるしかねえ！2025

## <練習会日程>

第1回 1月11日(土) 9:00~15:30

第2回 1月25日(土) 9:00~15:30

第3回 2月22日(土) 9:00~15:30

第4回 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、大駐車場奥のスペース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・準備開始

9:20 開講式

9:30 全体練習(坂本先生・石橋先生)

10:00 ブロック別練習(午前)

12:00 午前終了予定・昼食・休憩

13:00 午後ブロック別練習開始予定

15:00 ブロック別練習終了予定

15:10 片付け完了

15:25 閉講式

15:45 閉門・ミーティング・解散予定

ためらわず挑戦!  
～陸上競技を楽しもう～

## 強化普及プロジェクト

- 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狙える育成。
- 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、1人の考えだけでなく、ベテランから若手まで、互いに引き出しながら指導する

●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は、その週の火曜にHPへアップします。

●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HPにて連絡します。

●強化指定選手以外の学校は、参加する場合は顧問やコーチが引率して参加してください。

●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。