

平成 29 年度第 5 回千葉県ジュニア強化練習会

2月17日(土) in 天台

地元開催千葉関東完全制覇!

岡山全中総合二連覇!

Jr. オリンピック男女リレー優勝!

～ “魅せる” が溢れるチーム千葉～

目的

☆チーム作り

- 励まし合う、競い合う、高め合う(学校、ブロックを超えた人間関係)
- どんな場面でも自分の力を出し切れる精神力

☆技術向上

- 自分から高めようとする探究心
- どんな相手にも負けない高い技術力

☆体力強化

- 技術を高めるための弱点強化
- どんな環境でも落ちないパフォーマンス力

流れ

8:30	～		コーチミーティング
9:00			集合・開門
9:00	～	9:10	準備
9:10	～		整列 ブロック別男女各4列、点呼含む。
9:15	～		開講式
9:25	～	12:00	午前練習
12:00	～	13:00	昼食
13:00	～	15:15	午後練習 終わり次第片付け
15:30	～	15:40	閉講式
	～	16:00	解散

生徒への連絡

- ・防犯のため、更衣室の窓は開けない。
- ・前回、更衣室に砂がたくさん落ちていた。(おそらく幅や芝生の砂)なので、きれいに使うように。

変更! 確認してください

- ・2月24日(土)、3月3日(土)の2回は、長距離が昭和の森、その他のブロックを天台で行います。各ブロック1日練習にするためです。長距離ブロックは以下のように変更になります。
 - (1) 場所: 昭和の森(集合場所は「第一駐車場」)
 - (2) 時間: スタッフ集合 8:30
選手集合 9:30 (早く来すぎないこと)
練習終了・解散 15:30
 - (3) 雨天: 中止

備考

・練習会の実施は前日の夕方までに判断します。(15~17時に判断 → HP または Facebook にアップ)

今後の予定

2月24日(土) 第6回 天台：短距離・400・800・ハードル・フィールド
昭和の森：長距離

3月3日(土) 第7回 天台：短距離・400・800・ハードル・フィールド
昭和の森：長距離

3月10日(土) 第8回 強化指定選手のみ

3月24日(土) 千葉・神奈川・東京 合同練習会