

平成 29 年度第 6 回千葉県ジュニア強化練習会

2月24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

短距離・400・800・ハードル・フィールド（天台）

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
9：15	～	開講式 司会（石毛）
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 司会（石毛）
	～ 16：00	解散

長距離ブロック（昭和の森）

8：30	コーチ集合
9：30	生徒集合
15：30	練習終了・解散

生徒への連絡

- ・防犯のため、更衣室の窓は開けない。
- ・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。

生徒への連絡

- ・休日一般の人も多いので、練習時は十分気をつけて走る。
- ・ゴミを持ち帰る。

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)
- ・午前と午後に分かれた練習会は、安全確保のため、必ず午前か午後のどちらかに参加をお願いします。

今後の予定

- 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