

未来のアスリート発掘事業 16期生育成プログラム

【講師】

■知的能力育成プログラム

メンタルトレーニング(6回)
 スポーツ栄養(4回)
 スポーツ障害(1回)

岡澤 祥訓 氏 「関西福祉大学 教授」
 館川美貴子 氏 「日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士」
 山上 亨 氏 「富山労災病院 第二整形外科部長」

■身体能力育成プログラム

コーディネーショントレーニング(3回)
 コーディネーショントレーニング(2回)
 コンディショニング(5回)
 ファルトレクトレーニング(3回)
 コーディネーショントレーニング 投・走(2回)

東根 明人 氏 「(一社)コーチングバリュー協会 代表理事」
 大羽留美子 氏 「(一社)コーチングバリュー協会 専任コーチ」
 山地 延佳 氏 「富山県総合体育センター 参事」
 柿谷 朱実 氏 「(公財)富山県体育協会 スポーツ専門員」
 宮島 秋子 氏 「富山県西部体育センター 指導員」

年	回	月日	時間	育成プログラム	会場
二〇二一年	指定証交付式	1月9日 (中止・延期) (土)	9:30~10:30	指定証交付式	富山県総合体育センター
	第1回		10:30~12:10	コンディショニング①【選手のための動きづくり①】	
	第2回	2月7日 (日)	全日	体力測定① 別紙参照 指定証交付 班毎(小研修室) 写真撮影 ・ ウエアサイズ確認	
	第3回	2月20日 (土)	14:15~14:45	オリエンテーション (中アリーナ)	
			15:00~16:00	成長期のスポーツ障害(男子)・コンディショニング①(女子)	
			16:15~17:15	コンディショニング①(男子)・成長期のスポーツ障害(女子)	
	第4回	3月6日 (土)	15:00~16:00	スポーツ栄養①:ジュニアアスリートの食事①(女子)・コンディショニング②(男子)	
			16:15~17:15	コンディショニング②(女子)・スポーツ栄養①:ジュニアアスリートの食事①(男子)	
	第5回	4月3日 (土)	15:00~16:00	メンタルトレーニング①	
			16:10~18:00	コーディネーショントレーニングについて(保護者向け講義)	
			16:10~18:00	コーディネーショントレーニング①	
	第6回	5月8日 (土)	15:00~16:00	スポーツ栄養②:ジュニアアスリートの食事②(男子)・ファルトレクトレーニング①(女子)	
			16:15~17:15	ファルトレクトレーニング①(男子)・スポーツ栄養②:ジュニアアスリートの食事②(女子)	
	第7回	6月12日 (土)	15:00~16:00	コンディショニング③【選手のための動きづくり③】(男子)・コーディネーショントレーニング投・走①(女子)	
			16:15~17:15	コーディネーショントレーニング投・走①(男子)・コンディショニング③【選手のための動きづくり③】(女子)	
	第8回	7月3日 (土)	15:00~16:00	メンタルトレーニング②	
16:10~18:00			ファルトレクトレーニング②		
第9回	8月7日 (土)	15:00~16:00	メンタルトレーニング③		
		16:10~18:00	コーディネーショントレーニング投・走②		
第10回	9月11日 (土)	15:00~16:00	メンタルトレーニング④		
		16:10~18:00	コーディネーショントレーニングについて(保護者向け講義)		
		16:10~18:00	コーディネーショントレーニング②		
第11回	10月16日 (土)	9:30~10:30	スポーツ栄養③	山野スポーツセンター	
		10:40~12:40	ファルトレクトレーニング③		
第12回	11月6日 (土)	15:00~16:00	スポーツ栄養④	富山県総合体育センター	
		16:10~18:00	コンディショニング④【選手のための動きづくり④】		
第13回	12月18日 (土)	15:00~16:00	メンタルトレーニング⑤		
		16:10~18:00	コーディネーショントレーニングについて(保護者向け講義)		
		16:10~18:00	コーディネーショントレーニング②		
第14回	1月22日 (土)	15:00~16:00	メンタルトレーニング⑥		
		16:10~18:00	コーディネーショントレーニング③		
第15回	2月5日 (土)	全日	体力測定② ※16期生+17期生参加		
	2月6日 (日)				
第16回	3月12日 (土)	15:00~16:00	スポーツ講演会		
		16:10~18:00	コンディショニング⑤【選手のための動きづくり⑤】		

※1 メンタルトレーニング④は、近日講義動画を配信いたします。
 ※2 第10回育成プログラムで予定していたコーディネーショントレーニングについて(保護者向け講義)は、第13回で実施いたしません。