

# 令和元年度 男新体操指導者選手合同合宿 九州会場タイムテーブル

2月24日 (月)	時間	指導者	時間	上級	中級・初級	場所	備考
		講師・係		講師・係			
アップ～ トレーニング	8:00～9:00			準備体操 ～ 柔軟・基礎トレーニング		グローバル アリーナ 体育館	
				松岡・木原			
開講式	9:00～9:15	西川・中村				グローバルア リーナ体育館 男子フロアー	
講習	9:20～10:20	個人競技に求められる 要素について（講義）	9:20～10:20	リズムトレーニング	転回系の応用技術	タンブリン グ・個人要 素：男子フロ アー  リズムトレ ーニング：女子 フロアー	
		岡田幸樹氏		堀 真太郎	福岡大学生		
	10:30～11:30	個人競技に求められる 要素について（実技）	10:30～11:30	個人競技に求められる 要素について（実技）	リズムトレーニング		
		岡田幸樹氏		岡田幸樹氏	堀 真太郎		
閉講式	11:40～	西川・中村					