

中日本合同合宿講習タイムスケジュール

旧岡山県立井原高等学校南校地体育館

			中日本合同合宿コース別内容		時間	中日本合同合宿コース別内容		
			指導者コース			高校生	上級コース	初・中級コース
			区分	内容		内容(場所)	内容(場所)	内容(場所)
2024/2/3 (土)	受付	12:45~13:00		受付(体育館入口)	12:45~13:00	受付(体育館入口)		
				菅		菅		
	開講式	13:00~13:15		開講式(Aフロア)	13:00~13:15	開講式(Aフロア)		
				安福		安福		
	講習①	13:20~14:50	講義	ルール講習①(武道場)	13:15~13:50	ルール講習①(武道場)	ウォーミングアップ(Aフロア・Bフロア)	
				安福			菅・有田・芸科大学生	
	14:50~15:00	休憩・換気	13:50~14:00	休憩・換気				
	講習②	15:00~16:20	講義	ルール講習②(武道場)	14:00~15:00		基礎タンプリング・投げの実践(Aフロア)	個人基礎動作・投げの実践(Bフロア)
				安福		堀・東本	竹内・尾上	
					15:00~15:10	休憩・換気		
					15:10~16:10	新ルールに対応した技の開発(Aフロア)	基礎マット運動(Bフロア)	
					16:10~16:20	竹内・堀・尾上・東本		菅・有田・芸科大学生
16:20~17:00					休憩・換気			
16:20~17:00					模範演技(Aフロア)			
				16:20~17:00	堀・東本・尾上・森外			

2024/2/4 (日)	受付	8:45~9:00		受付(体育館入口)	8:45~9:00	受付(体育館入口)	
				菅		菅	
	講習①	9:00~11:50	講義	同右	9:00~10:10	身体づくりと基本徒手(Aフロア・Bフロア)	
				ハラスメント講習(武道場)		長田・芸科大学生スタッフ	
						10:00~10:10	休憩・換気
	閉講式	11:50~12:00		閉講式(Aフロア)	11:50~12:00	演技指導(Aフロア)	
竹内・堀・尾上・東本						北原・有田・芸科大学生	
					閉講式(Aフロア)		
					※閉講式終了後に記念撮影がありますのでご協力ください(助成金事業のため) 終了後カッティングを行います。参加できる団体はご協力の程、よろしく願いたします。		