

# H28男子新体操全国指導者選手合同合宿

## 東北（青森） 合同合宿タイムテーブル

1月8日 (日)	時間	指導者コース	場所	時間	初級コース	中級コース	上級コース	場所	備考
		講師・係			講師・係				
受付	12:00~	受付：川戸元貴・青大生						国際卓球センター	受付の間は会場内にて各チーム毎にウォームアップをしてください
開講式	12:40~	司会：菊地伸宏 挨拶：中田吉光							
講習①	13:00~ 13:50	コーディネーション 川戸元貴						国際卓球センター	
講習②	14:00~ 15:00	徒手の基本	国際卓球センター	14:00~ 15:00	徒手の基本			国際卓球センター	各年代に合わせた指導を実施する
		中田吉光			中田吉光・大学生				
講習③	15:10~ 16:10	新体操を通じた組織作り	多目的ホール	15:10~ 16:10	マット基礎	大学生との合同練習（～中学生）	大学生との合同練習（高校生～）	国際卓球センター	各年代に合わせた指導を実施する
		荒川栄				大学生B（エアマット）	大学生C（フロア）		
	16:10~ 17:10	ルール改正・運用について	多目的ホール	16:10~ 17:10	大学生A（マット）	大学生との合同練習（～中学生）	大学生との合同練習（高校生～）	国際卓球センター	各年代に合わせた指導を実施する
		菊地伸宏・中田吉光				大学生B（フロア）	大学生C（エアマット）		
講習④	17:20~ 18:30	栄養指導について	国際卓球センター	17:20~ 18:30	体作り運動	栄養指導		国際卓球センター	各年代に合わせた指導を実施する
		藤倉修一先生			川戸元貴	藤倉修一先生			

赤字は外部講師指導です。

# H28男子新体操全国指導者選手合同合宿

## 東北（青森） 合同合宿タイムテーブル

1月9日 (月)	時間	指導者コース	場所	時間	初級コース	中級コース	上級コース	場所	備考	
		講師・係			講師・係					
研修前		各チーム準備運動						国際卓球センター	8:00開館	
諸連絡	9:00~ 9:05	挨拶&講習説明								
講習⑤	9:10~ 11:10	ビジョントレーニング	国際卓球センター	9:10~ 11:10	ビジョントレーニング			国際卓球センター	引率者・指導者は適 宜サポートに回る	
		千葉敦子先生 小倉雅子先生			千葉敦子先生 小倉雅子先生					
講習⑥	11:20~ 12:50	ダンス	国際卓球センター	11:20~ 12:50	ダンス				国際卓球センター	各レベルに合わせた 指導を実施する
		LARRSON 先生			LARRSON 先生					
講習⑦	13:00~ 13:20	大学生による模範演技	国際卓球センター	13:00~ 13:20	大学生による模範演技				個人4名	
閉講式	13:20~ 13:30	司会 : 菊地伸宏 挨拶 : 中田吉光								

赤字は外部講師指導です。