

令和5年度 世界へ羽ばたくトップアスリート育成事業
第3期生ジュニアアスリート育成プログラム

「プログラム実施要領」

講座名	【第3期生】第8回育成プログラム
期 日	令和6年2月24日(土) 13:30~16:00(受付 13:00~)
会 場	県立カシマサッカースタジアム 〒314-0007 茨城県鹿嶋市神向寺後山 26-2
参加者	○第3期生ジュニアアスリート育成選手(38名) + 保護者(38名) ○県関係者(4名)
服装	ジャージ(運動できる服装)、運動シューズ(外履き:はきなれたもの)
持ち物	筆記用具、汗を拭くタオル、飲み物、 その他個人に必要なもの(着替え・防寒具等)
その他	○各自、防寒対策を十分の上、お越してください。 ○当日のマスクの着用は、個人の判断に一任します。

「スケジュール」

時 間	内 容
13:00~	受 付(カシマサッカースタジアム正面入口)
13:30~13:40	全体説明
13:40~14:10	講話「トップジュニア年代の心構えについて」 講師:大岩 聖 氏(鹿島アントラーズユース フィジカルコーチ)
14:10~15:10	実技「動き方教室・トレーニング」 講師:大岩 聖 氏(鹿島アントラーズユース フィジカルコーチ)
15:15~16:00	施設見学「カシマサッカースタジアム内」
16:00	解散