

日本空手協会 新千葉県本部主催 小・中学生 全国大会出場選手

## 目指せ優勝！第3回千葉県強化練習

7年7月20日(祝・月) 川戸小学校

スケジュール表

進行・水谷指導部長

	時間	担当	内容
	9:00		監督・コーチ・指定選手集合
1	9:05	指導部	整列 準備体操
2	9:20	会長	挨拶
	9:25	本部長	挨拶
3	9:30	副会長	全国大会へ向けての心構えと内容
4	9:40	副会長 技術局長 指導部長	【個人形】平安初段～鉄騎初段 ●中学生・小学6年 男女 (コーチ) ●小学3～5年 男女 (コーチ) ★組手のみの選手も参加して下さい。 ※定期的に、水分補給・休憩を取ります。
5	10:30		休憩 (試合準備)
6	10:40	資格部長	●形試合 資格講習会(参加者にて審判)
7	11:10	副会長 技術局長 指導部長	【団体形】 ●県本部チーム (コーチ) 【個人形】得意形 ●小学3年～中学生男女 (コーチ)
8	12:00		昼食及び自由組手の準備(マウスピース、拳サポータ、胴当て)
9	13:00	副会長 技術局長 指導部長	【組手】自由組手 ●中学生 男女 ●小学6年 男女 (コーチ) ●小学3～5年 男女 (コーチ) ●形のみ選手 (コーチ) ※定期的に、水分補給・休憩を取ります。
10	14:30		休憩 (試合準備)
11	14:40	資格部長	【組手】組手試合 資格講習会(参加者にて審判)
12	15:40		強化練習終了 整列
14	15:45	新千葉県応援団	応援団・保護者の方々による、選手への応援
15	15:50	技術局長	総評
16	15:55	事務局	連絡事項解散
17	16:00		解散

※選手は、掃除用の雑巾を各自 持参して下さい。

※出席して頂ける先生が不明の為、参加して頂ける先生方には お手伝いを、お願い致します。

※選手は各自マウスピース、拳サポータ、胴当てを持参すること。忘れた者は組手に参加できません。

※当日は参加人数や時間の関係等でスケジュールの内容や、担当の先生が変更となります。

※昼食及び飲料水は、各自で持参して下さい。指導者には、県本部よりお弁当を用意致します。

練習時間が長いので、飲料水は多めに用意して下さい。

※気分が悪くなりそうな時や、悪くなってしまった時は、我慢せず早めに近くの大人の人に 申し出て下さい。

保護者の方も、熱中症などには注意して下さい。

※小・中全国大会監督紹介(順不同・敬称略)