

2024.01.06(SAT)

CHIBA
Jr.Athletic Club

C-jac 2024

第1回 CHIBA ジュニア強化練習会

王座奪還 2024

<練習会日程>

1. 1月 6日 (土)	9:00~16:00
2. 1月13日 (土)	9:00~16:00
3. 1月20日 (土)	9:00~16:00
4. 1月27日 (土)	9:00~16:00
5. 2月10日 (土)	9:00~16:00
6. 2月17日 (土)	9:00~16:00
7. 2月23日 (祝金)	9:00~16:00
8. 3月 2日 (土)	9:00~16:00
9. 3月 9日 (土)	9:00~16:00

<1日の流れ>

8:30	スタッフ集合・ミーティング
9:00	開門・準備
9:20	開講式
9:30	ブロック別練習開始 (午前)
12:00	ブロック別練習終了・昼食・休憩
13:00	ブロック別練習開始 (午後)
15:10	ブロック別練習終了
15:25	片付け完了
15:30	閉講式
16:00	閉門・ミーティング・解散

強化普及プロジェクト

挑戦者たち Challengers

- ① 王座奪還へ向けて頑丈な土台の基礎固めと、初心者からトップ選手までカテゴリーに合わせた指導をする。
- ② 参加校の顧問の先生方にも、一緒に指導に当たってもらう。(相互指導)
- ③ 指導者においては、1人の考えだけでなく、ベテランから若手まで、多くの考えを引き出しながら、より良いものを伝えられる環境づくりをする。

ためらわず挑戦を！～みんなで陸上競技を楽しもう～

< その他 >

- 昼食等は、各自で持参してください。(寒さ対策なども忘れずに！)
- その週の練習会の流れ等は、毎週火曜～水曜にはHPへアップしていきます。
- 悪天候等により練習会を変更・中止する場合は、一斉メールとC-jacにて連絡します。
- 強化指定選手以外の学校の生徒が参加する場合は、必ず顧問が引率して参加することとします。
- 怪我や事故があった場合、日本スポーツ振興センターの保証の対象になります。