


「清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト」共通プログラム

(清流ジュニア2・3・4期生、清流キッズ3・4期生)

- | | | | |
|---|-------|--|---|
| 1 | 日 時 | 平成30年5月5 (土・祝)
18:00~20:00 |  |
| 2 | 会 場 | 山県市総合体育館
山県市高木1675 | |
| 3 | 内 容 | 運動能力測定
測定種目 ①20m走【走力】
②立位ステッピング【敏捷性】
③立ち3段跳び【跳躍力・瞬発力】
④メディシンボール投げ【投力・体幹パワー】
⑤プロアジリティテスト【敏捷性・走力】
⑥全身反応【反射神経】
○身体計測 (身長・体重) | |
| 4 | 測 定 員 | 岐阜県スポーツ科学センター (GSSC) 研究員
岐阜大学、岐阜聖徳学園大学の大学院生・大学生 | |
| 5 | 目 的 | 運動能力測定を定期的 to 実施し、現在の運動能力を記録・蓄積するとともに、過去のデータと照合して体力分析を行い、個々の体力的課題を明確にする。 | |
| 6 | 服 装 | Tシャツ・ハーフパンツ (ビブス着用)、体育館シューズ | |
| 7 | 見 学 席 | 2階観客席にて、見学ください。
2階観客席は土足禁止ですので、スリッパを持参ください。 | |
| 8 | 駐 車 場 | 体育館正面西側の第1駐車場を利用してください。
第1駐車場が満車の時は、第2・3駐車場を利用ください。 | |



3月17日(土) 配付(ジュニア2・3・4期生、キッズ3・4期生)

○以降の育成プログラム予定

ジュニア2期生 月日：5/12(土)・19(土)
競技：アーチェリー
会場：聖マリア女学院中学・高校 アーチェリー場(岐阜市)

ジュニア3期生 月日：5/12(土)・19(土)・26(土)、6/2(土)
競技：ホッケー
会場：川崎重工ホッケースタジアム(各務原市)

ジュニア4期生 月日：5/19(土)・26(土)、6/2(土)・16(土)
競技：フェンシング
会場：はしまモアフェンシングクラブ フェンシング場(羽島市)

キッズ 3期生 月日：5/12(土)・26(土)
競技：スポーツクライミング
会場：R&F クライミングジム(各務原市)

キッズ 4期生 月日：5/19(土)・26(土)
競技：アーチェリー
会場：関市中池公園 アーチェリー場(関市)

【山県市総合体育館 会場案内図】

