

「清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト」競技プログラム

- 1 種 目 水球競技（キッズ第3期生）
- 2 日 時 平成31年2月2日（土） ・ 9日（土）
17:30~19:30
- 3 会 場 岐阜メモリアルセンター 長良川スイミングプラザ（室内プール）
岐阜市長良福光大野 2675-28
- 4 講 師 （一社）岐阜県水泳連盟
ほその ゆうき 先生
細野 雄樹 先生
あぜち しょうた 先生
睦地 翔太 先生
やまぐち あきし 先生
山口 耀司 先生
- 5 目 標
- ・水中での基本動作（泳法・フットワーク）を身に付ける。
 - ・泳法・フットワークを駆使し、水中でボールを扱う技術を身に付ける。
 - ・戦術練習やゲームを通じてチームプレーの楽しさを体感する。
- 6 内 容
- ・水球に関わる泳法（フロントクロールなど）・フットワーク（巻き足など）の練習
 - ・ボール技術練習（ドリブル・パス・シュート）から戦術練習（中継・リードブレイク・シュート）
 - ・ゲーム 等



1月12日（土）配付（キッズ第3期生）

- 7 持ち物 水着、ゴーグル、バスタオル、スイミングキャップ
（学校の体育授業で着用しているもので可）
- 8 注意点 ①男女各更衣室で着替え、室内プール内に集合し、受付します。
②コインロッカーは使用せず、荷物はプールサイドに置いてください。外靴は更衣室入口に整理整頓してください。
③爪が伸びていると危ないので、必ず切って参加してください。
- 9 見学席 2階観覧席（プラザ入口から向かって左側の階段）となります。
- 10 アクセス 岐阜メモリアルセンター内有料駐車場を利用してください。
（3時間まで100円、以降30分につき100円かかります。）

