

# JAF National Camp 2010 日程表10

## ◆2月26日(金) JAF SUPER CAMP(マスターズ フライト)

時 間	(分)	内 容	講師名	形式	場所／備考
9:00～9:30	30	受付			スポーツ棟第4体育室
9:30～9:45	15	開講式／2010年度競技概要	本部	講義	↓
9:45～12:00	135	フライトの基礎練習	奥田陽子 菅野牧子	実技	
12:00～13:30	90	昼食			
13:30～17:00	210	フライトの応用練習	奥田陽子 菅野牧子	実技	
17:00～18:30	90	夕食			
18:30～20:30	120	マスターズ理論	竹内研	講義	センター棟403
20:30～20:40	10	閉講式	本部		

持ち物：筆記用具、スポーツウェア・シューズ