

# JAF National Camp 2010 日程表11

## ◆2月27日(土)～28日(日) テクニカル・アドバイザー新規養成講習会

### 第1日目 2月27日(土)

時 間	(分)	内 容	講師	形式	場所／備考
9:00～9:25	25	受付			センター棟402
9:20～9:30	10	開講式			
9:30～10:15	45	JAF概要／2010年度競技概要	本部	講義	
10:15～10:30	15	休憩			
10:30～12:00	90	特別講演	福井烈		
12:00～13:00	60	昼食／休憩			
13:00～15:00	120	エアロビック競技力の構造と選手育成	竹内研		センター棟403
15:00～15:15	15	休憩			
15:15～17:00	105	障害予防とフィジカルサポート	林田はるみ		
17:00～18:00	60	夕食／休憩			
18:00～20:30	150	エレメント指導の実際	山本清文	実技	スポーツ棟第4体育室
20:30～21:00	30	Q&A			

### ■第2日目 2月28日(日)

時 間	(分)	内 容	講師	形式	場所／備考
9:00～9:30	30	受付			スポーツ棟第5体育室
9:30～12:00	150	体操競技のトレーニングに学ぶ	行本浩人	実技	
12:00～13:00	60	昼食／休憩			
13:00～14:30	90	採点規則の理解	竹内研	講義	センター棟402
14:30～14:45	15	休憩			
14:45～16:15	90	体カトレーニングと練習計画	竹内研		
16:15～16:30	15	事務連絡			
16:30～16:45	15	休憩			
16:45～17:45	60	理論試験	事務局	試験	

持ち物：筆記用具、コーチ教本、スポーツウェア・シューズ