

JAF National Camp 2018 日程表 47・48

2月12日(月祝) SUPER CAMP「J」

時 間	(分)	内 容	講師名	形式
9:30～ 9:55	25	受付		
9:55～10:00	5	開講式	事務局	
10:00～12:00	120	ユース選手対象 公式競技練習	森岡 望/武内 麻美	実技
12:00～13:30	90	昼食		
13:30～13:45	15	JAF2018活動概要		
13:45～16:45	180	ユース選手対象 公式競技練習	森岡 望/武内 麻美	実技
16:45～17:00	15	閉講式	事務局	

- ※ 2017ナショナルキャンプでも大好評、男子体操ジュニアナショナル・トレーナーを務める森岡先生が再登場！
- 体操競技の技術とエアロビック競技を繋げる具体的で分かりやすい、そして面白い練習会です。
- ユース期の体づくり、動きづくりとして必須の内容をJAF選手強化委員からご紹介します。
- 選手と一緒に指導者の皆様もご参加され、最新の指導法を学んでください。