

平成 29 年 1 月 8 日

平成 28 年度「JTA ナショナルコーチ派遣新潟県中学生選抜冬季合宿」開催要項
(中学 2 年以下)

【公益財団法人新潟県インドアスポーツ振興米山財団の助成を受けて開催します】

新潟県テニス協会

トレセン委員長 尾崎 常博

- ① 主催 新潟県テニス協会
- ② 主管 新潟県テニス協会 トレセン委員会
- ③ 協力 公益財団法人日本テニス協会、
公益財団法人新潟県インドアスポーツ振興米山財団、
新潟県テニス協会ジュニア委員会
- ④ 目的 ジュニア選手が今取り組むべき課題や選手としての心得の伝達
テーマ：トータルコーディネーション
- ⑤ 期 日 平成 29 年 2 月 25 日（土）、26 日（日）
(25 日) 9:30 集合・受付
10:00 ～ 16:00 練習
19:00 ～ 21:00 ミーティング
(26 日) 9:00 ～ 15:00 練習
15:30 解散
- ⑥ 会 場 T & S 新発田インドアテニススクール(カーペット「フロテックススポーツ」
4 面)
新発田市新富町 1-4-12 Tel. 0254-26-1717
- ⑦ 宿 泊 新発田ニューホテルプラザ
新発田市諏訪町 1-9-29 Tel. 0254-26-3131
- ⑧ 参加料 15,000 円(当日徴収)
- ⑨ 指導者 J T A ナショナルコーチ：吉田将彦(S 級エリートコーチ)
S & C トレーナー：未定
新潟県テニス協会トレセン委員会スタッフ
- ⑩ 選手選考 中学 2 年生、1 年生の男女各 4 名。最新の「新潟県ジュニアポイントランキング」により選考しジュニア委員会ホームページにて発表。
- ⑪ 申込方法 ジュニア委員会ホームページにて申し込み
- ⑫ 持参する物 ・テニス用具一式、ノート、筆記用具
・ 1 泊分の身の回り用品
- ⑬ 注意事項 参加選手で食物アレルギーのある選手は、事前に尾崎までメールにてお知らせ下さい。
尾崎常博メール jumbozaki625@spa.nifty.com (携帯) 080-332-4015

H28年度ナショナルコーチによる新潟県選抜ジュニア冬季合宿（中学2年以下）

【公益財団法人新潟県インドアスポーツ振興米山財団の助成を受けて開催します】

新潟県テニス協会トレセン委員会

合宿テーマ：限りある時間の中で競技目標を達成するための具体的練習方法

JTA派遣ナショナルコーチ：吉田将彦（S級エリート）

JTA派遣S&Cトレーナー：花木祐真

会場：T&S新発田ロイヤルテニスクラブ 期日：平成29年2月25日（土）、26日（日）

【タイムスケジュール】

2月25日（土）			2月26日（日）		
9:00	受付	受付、集合（参加料納入）	6:30	～7:00	散歩とコンディショニング
			7:30	～8:30	朝食、移動
9:30	テニスコート (午前中：2面)	ウォームアップ（花木トレーナー） ・ミニゲームによる状況確認	9:00	テニスコート (終日4面)	ウォームアップ（花木トレーナー）
			9:30	～10:30	①ミニゲーム等による状況確認
10:00	～12:00	サーブ、ストローク（吉田コーチ）			②前日の復習
12:00	～13:00	昼食	10:30	～12:00	S級コーチレベルアップ講習会からのストローク指導情報
13:00	～13:30 (以降：4面)	S&Cによるトレーニング（花木トレーナー）	12:00	～13:00	昼食
13:30	～15:30	グランドストローク攻撃と守備（吉田）	13:00	～13:30	S&Cによるトレーニング（花木トレーナー）
15:30	～16:30	ボレー（吉田）	13:30	～15:00	攻守の判断について（吉田）
16:30	～17:30	マッチ練習	15:00	～15:30	マッチ練習
17:30	～17:40	クーリングダウン（花木トレーナー）	15:30	～16:00	クーリングダウン（花木トレーナー）
	～19:30	移動、入浴、食事			講師挨拶後、解散
19:30	～21:00	ミーティング(筆記用具持参) 柔軟性及び可動域チェック（花木）			

※ タイムスケジュールや講義内容は状況により変更する可能性があります。

※ このスケジュール表を印刷して持参してください。

(メモ)