

— 育成プログラム予定表 —

年	回	月日	時間	育成プログラム	会場
2024年	第1回	4月6日 (土)	14:30~18:00	指定証交付式・奨励賞授与式	富山県総合体育センター
				オリエンテーション	
				ファルトレクトレーニング①	
	第2回	5月11日 (土)	14:00~18:00	コミュニケーション	
	第3回	6月8日 (土)	15:00~18:00	スポーツ栄養①：ジュニアアスリートの食事	
				コーディネーショントレーニング①	
	第4回	7月13日 (土)	15:00~18:00	スポーツ栄養②：ジュニアアスリートの食事	
				コーディネーショントレーニング②	
	第5回 合宿事業	8月8日 (木)	調整中	ファルトレクトレーニング②	
8月9日 (金)		大会前の過ごし方			
2025年	第6回	9月7日 (土)	15:00~18:00	ファルトレクトレーニング③	富山県総合体育センター
				メンタルトレーニング①	
	第7回	10月26日 (土)		メンタルトレーニング②	
				コンディショニング②	
	第8回	11月9日 (土)		メンタルトレーニング③	
				コンディショニング③	
	第9回	12月7日 (土)		メンタルトレーニング④	
				コーディネーショントレーニング③	
	第10回	1月18日 (土)		メンタルトレーニング⑤	
—	2月1日 (土)	全日	体力測定		
第11回	2月22日 (土)	15:00~18:00	スポーツ障害		
			コンディショニング④		
第12回	3月8日 (土)	15:00~16:30	スポーツ講演会		
			修了式		

○ 育成プログラムの見学は随時可能です。※日程が変更になる場合があります。見学の際は事務局へご連絡ください。

○ 会場 富山県総合体育センター 〒939-8252 富山市秋ヶ島183番地 ★の会場は山野スポーツセンターです。