２０１９年度ＪＡＡＦアスリート発掘育成プロジェクト
Ｕ１６（中学生）アスリートクリニック〇〇会場要項（案）

［趣　　旨］　陸上競技の普及を目的として、走跳投の基礎的な動きを中学生に正しく学んでもらうために、
日本陸上競技連盟が講師を派遣して実施する。

［主　　催］　日本陸上競技連盟

［主　　管］　〇〇陸上競技協会

［協　　賛］　アシックスジャパン株式会社
デンカ株式会社

［講　　師］　日本陸上競技連盟派遣講師　＊〇名

［日　　程］　２０〇〇年〇〇月〇〇日（〇）　午前〇時〇〇分受付開始　午前〇時～午後〇時〇〇分終了予定

［会　　場］　〇〇市〇〇陸上競技場　※発育発達理論講義の実施場所も用意

［参 加 者］　県内中学校　１年生　（およびその指導者・保護者）を対象とする

［定　　員］　５０名

［参加者募集方法］　〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

［内　　容］　理論講義（発育発達）・走跳投の基本トレーニング・走跳投の種目練習

予定時間（例）		実施内容（例）
09:00～09:15	開講式	挨拶　日本陸連　氏名:〇〇〇〇 〇〇陸協　氏名:〇〇〇〇 講師紹介　日本陸連　氏名:〇〇〇〇、〇〇〇〇、〇〇〇〇 諸連絡　開催陸連　氏名:〇〇〇〇
09:15～09:45	理論講習	発育発達理論講義　講師：〇〇〇〇
10:00～10:30	実技	ウォーミングアップ・基本の練習　講師：〇〇
10:30～10:35	休憩	
10:35～11:35	種目練習	ローテーション①　講師：〇〇
11:35～11:45	休憩	
11:45～12:45	種目練習	ローテーション②　講師：〇〇
12:45～13:45	昼食	
13:45～14:45	種目練習	ローテーション③　講師：〇〇
14:45～15:00		クーリングダウン
15:00～15:15	閉講式	参加者お礼の挨拶 講評　日本陸連　氏名：〇〇〇〇 閉講挨拶　開催陸協　氏名：〇〇〇〇 写真撮影（①toto、②デンカバナー）

＊ローテーション内容　　走：「短距離」　跳：「走高跳」or「走幅跳」　投：「投擲（砲丸投）」

＊理論講習：中学生、指導者・保護者とも参加。　実技：中学生が受講し、指導者・保護者は見学

＊雨天時は会場（雨天練習場や室内）の状況により講師が実施内容を判断する

＊本クリニックは熱中症にも対応な傷害保険に加入しております。保険内容については担当者へお問合せ下さい
※クリニック参加中に負傷した場合に限る

［お問合せ］　日本陸上競技連盟事務局　　担当：古田・伊東
TEL：050-1746-8410　E-mail：a-clinic@jaaf.or.jp