

平成17年度・地域トレーニングセンターによる 第3回 中国四国合同ジュニア強化合宿・開催要項

1. 主催 中国テニス協会
四国テニス協会
2. 主管 ナショナルトレーニングセンター中国運営会議
四国テニス協会 ジュニア委員会
3. 後援 広島県テニス協会
4. 日時 平成17年10月8日(土)～10日(月・祝)
集合 10月8日:12:00 (昼食を済ませて集合すること)
解散 10日:16:00
5. 場所 会場 ; びんご運動公園(尾道市)
尾道市栗原町997 TEL0848-48-5446
宿舎 ; ふれ愛ランド(福山市自然研修センター)
福山市赤坂町赤坂甲545 084-952-1177
6. 募集人員 14歳以下:男子16名女子16名 合計32名
平成3年(1991)1月1日以降出生の者
7. 選考方法 各県推薦選手2名+ランキング上位6名
各県は、補欠希望者も含め出場希望を確認して申し込むこと。
補欠の選考はランキング上位から選考する。
8. 合宿内容 1)四国地域ジュニアとの対抗戦形式
3)コーディネーショントレーニングなど体力強化
4)分析能力、状況判断力など戦略・戦術強化
5)これからより強くなるための個々の課題提供
9. 参加料 15,000円(2泊6食代を含む)
10. 指導者 ナショナルコーチ1名
中国強化コーチ2名
中国協会地域トレーナー1名
11. 申込み 【各県協会】9月25日(日)までに選考して、下記宛申し込むこと。
中国テニス協会 メール又はFA chuta@cisnet.or.jp
【選手】県協会が指定する日時まで及び場所に申し込むこと。
12. 選考結果 9月28日までに各県協会に連絡する。
選考された選手には、県協会経由で合宿連絡事項を送付します。

05 第3回 中国、四国合同強化合宿

日程	時刻	内 容		
8日 (土)	12:00	集合・受付	各自昼食をすまして集合	
	12:30	開始	ウォームアップ 12:00からコート開放 開始式	
	12:40	試合	シングルス・ダブルス 中国・四国対抗形式 3タイブレークセットファイナルタイブレーク方式	
	17:00	終了		
	17:15	移動		
	18:30	夕食・入浴		
	19:30	ミーティング	指導者ミーティング	ジュニアミーティング／ストレッチ指導
	22:00	就寝	テーマ「 」	自己紹介・テーマ「 」
9日 (日)	6:00	起床		
	6:30		朝のジョギング	
	7:00	朝食		
	8:00	移動		
	9:00		シングルス トーナメント形式 3タイブレークセットファイナルタイブレーク方式	
	12:00		昼食	
	13:20		午後練習開始	
	15:10		調整タイム：試合後の調整方法を確認する。	
	17:00	終了	テクニカル・フィジカルの調整実践：指導 中国コーチ トレーナー	
	17:15	移動		
18:30	夕食・入浴			
19:30	ミーティング	指導者ミーティング	ジュニアミーティング	
22:00	就寝	テーマ「 」	講師：	
10日 (月・祝)	6:00	起床		
	6:30		朝のジョギング	
	7:00	朝食		
	8:00	移動		
	9:00	開始	ダブルス トーナメント形式	
	12:00	昼食		
	13:00		午後練習開始	
	15:00		終了 各地域別 反省会	
	15:30	解散		

中国四国合同 ジュニア強化合宿

日程 平成17年10月8日(金)～10日(日)

8日(金) 12:00 集合・受付(参加確認, 参加料徴収)
10日(日) 15:30 解散(予定)

会場 (尾道)びんご運動公園

8日(金) 13:00～17:00 コート(屋内4面, 一般12面)
9日(土) 9:00～17:00 コート
10日(日) 9:00～15:00 コート

バス テニス管理棟前発 17:15 → 宿舎着 17:45

クールダウンを17:00までに終了し, コートより退場する

宿舎 (福山)ふれ愛ランド

8日(金) 18:00 入所, 18:30 夕食, 19:00 入浴, 19:30 ミーティング(研修室)
9日(土) 6:00 起床・洗面, 6:30 ジョギング, 7:00 朝食, 7:30 シーツ返却・清掃, 8:00 出発
18:00 入所, 18:30 夕食, 19:00 入浴, 19:30 ミーティング(研修室)
10日(日) 6:00 起床・洗面, 6:30 ジョギング, 7:00 朝食, 7:30 シーツ返却・清掃, 8:00 出発

講師「 」の予定

9日(土)13:00頃 びんご運動公園
19:30～20:00 ミーティング(三浦 朗)
20:00～21:00 ミーティング(高川亜紀)