



## 令和5年9月30日(土) プログラム内容 クロストレーニング

- 会場 福井県営体育館 ボクシング競技:ボクシング場  
なぎなた競技:多目的室
- 時間 5年生 17:00~20:00 受付:サブアリーナ前

16:30~	受付
17:00~17:15	<p>ミーティングタイム ~特別ゲストからのお話から</p> <p>特別ゲスト:野村 有香 選手(陸上競技)</p> <p>【大会実績】 2011年 日本選手権 400mH 4位 2011年 山口国体 100mH 2位 2017.2018年 日本選手権 100mH 5位 2017年 愛媛国体 100mH 3位</p> <p>【記録】 100mH 13秒21 } 福井県記録 400mH 56秒96 }</p>
17:15~18:25	<p><u>クロストレーニング</u></p> <p>ボクシング競技 対象:女子 なぎなた競技 対象:男子</p>
18:25~18:35	休憩・移動
18:35~19:45	<p><u>クロストレーニング</u></p> <p>なぎなた競技 対象:女子 ボクシング競技 対象:男子</p>
19:45~20:00	今日の振り返り(片づけ含む)、連絡事項

【服装】 アカデミー赤 Tシャツ

【持ち物】 FJAA 記録ノート

水分補給用の飲み物、タオル、筆記用具、運動シューズ(室内用)