



令和7年度プログラム 年間スケジュール

2025/4/23

学年	日時	場所	スケジュール				保護者向けプログラム		
5年	4月26日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	開講式	心理テスト(17:40~18:30) 5・6年	交流を深める運動 担任プログラム	振り返り	メンタルトレーニング 6年18:35~19:45		
6年			オリエンテーション 本格的な競技体験についての説明						
6年 ◇競技体験	5月6日(火・祝) 9:00~11:00	各競技拠点	武生商工高校 フェンシング場 フェンシング						
6年 ◇競技体験	5月10日(土)	各競技拠点	福井農林高校 武道館 9:00~10:30 レスリング				セーレン・ドリームアリーナ ボクシング場 14:00~16:00 ボクシング		
5年 ◆クロス	5月11日(日) 9:30~12:00	各競技拠点	◆クロストレーニング 三国ヨットハーバー セーリング 前半9:30~10:45 後半10:45~12:00						
6年 ◇競技体験	5月17日(土)	各競技拠点	坂井高校 ウェイトリフティング場 9:00~10:30 ウェイトリフティング				福井県立艇庫(久々子湖) 14:00~17:00 ローイング		
5年 ◆クロス	5月17日(土) 13:30~15:00	各競技拠点	◆クロストレーニング 越前町立ホッケー場 ホッケー						
5年	5月24日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	集団スキル① Bring Up Athletic Society コーチ		メンタルトレーニング① テスト返却 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)	振り返り			
6年			メンタルトレーニング① テスト返却 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		集団スキル① Bring Up Athletic Society コーチ	本格的 競技体験の 話			
6年 ◇競技体験	5月31日(土)	各競技拠点	三国ヨットハーバー 9:00~10:30 セーリング				県立アーチェリー・クライミングセンター 14:00~17:00 アーチェリー 前半14:00~15:30 後半 15:30~17:00		
6年 ◇競技体験	6月7日(土)	各競技拠点	福井県立ホッケー場 9:00~11:00 ホッケー				福井競輪場 15:15~17:00 自転車		
6年 ◇競技体験	6月8日(日)	各競技拠点	県立アーチェリー・クライミングセンター 9:00~12:00 スポーツクライミング 前半 9:00~10:30 後半 10:30~12:00				本格的競技 体験予備日 14:00~17:00		
5年	6月14日(土) 17:00~20:00	中小企業産業大学	コーディネーショントレーニング① 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)		メンタルトレーニング② 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)	振り返り			
6年	16:00~20:00		6年生三者面談	メンタルトレーニング② 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)	コーディネーショントレーニング① 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)	振り返り	三者面談 6年 16:00~		
5年	7月26日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	メンタルトレーニング③ 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		コーディネーショントレーニング② 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)	振り返り			
6年			コーディネーショントレーニング② 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)		メンタルトレーニング③ 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)	振り返り			
5年	8月9日(土) 17:00~20:00	中小企業産業大学	アンチ・ドーピング ※親子参加 鳴瀬 碧(福井県スポーツ医・科学委員)仁愛大学		ファンクショナルトレーニング① 福井県スポーツ医・科学(福井大学)	振り返り	スポーツ栄養学 5年18:35~19:45		
6年			ファンクショナルトレーニング① 福井県スポーツ医・科学(福井大学)		性とアスリート ※親子参加 細川 久美子(福井県スポーツ医・科学委員)	振り返り	スポーツ栄養学 6年17:15~18:25		
5年 ◆クロス	8月10日(日) 9:00~12:15	各競技拠点	◆クロストレーニング 福井県立艇庫(久々子湖) ローイング 前半 9:00~10:30 後半 10:45~12:15						
5年 ◆クロス	8月30日(土) 15:00~17:40	各競技拠点	◆クロストレーニング 福井競輪場 自転車 前半 15:00~16:10 後半 16:30~17:40						
5年	9月6日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	スポーツ栄養学① 碓 麻菜(福井県医・科学委員・公認スポーツ栄養士)		コーディネーショントレーニング③ 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)	振り返り	メンタルトレーニング 5年18:35~19:45		
6年			コーディネーショントレーニング③ 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)		スポーツ栄養学① 碓 麻菜(福井県医・科学委員・公認スポーツ栄養士)	振り返り	メンタルトレーニング 6年17:15~18:25		
5年 ◆クロス	10月25日(土) 17:00~20:00	福井市体育館	◆クロストレーニング(交代で実施) ウェイトリフティング			レスリング	振り返り		
6年			身体計測① 福井県スポーツ医・科学(福井大学)		メンタルトレーニング④ 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		振り返り		
5年 ◆クロス	11月8日(土) 14:00~17:00	各競技拠点	◆クロストレーニング(交代で実施) 県立アーチェリー・クライミングセンター スポーツクライミング アーチェリー						
5・6年	11月22日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	ファンクショナルトレーニング(体力テスト) 福井県スポーツ医・科学(福井大学)				心理テスト 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		
5年	12月6日(土) 予定 17:00~20:00	ユアアイふくい(予定)	スポーツ栄養学② 調理実習 碓 麻菜(福井県医・科学委員・公認スポーツ栄養士)				振り返り		
5年 ◆クロス	12月13日(土) 15:00~19:15	中小企業産業大学	ディスカッション (15:00~16:30) 福井ゆかりのトップアスリート(4人を予定)	◆クロストレーニング(交代で実施) フェンシング			ボクシング	メンタルトレーニング 5年16:40~19:10	
6年				スポーツ栄養学② (16:40~17:50) 碓 麻菜(福井県医・科学委員・公認スポーツ栄養士)		身体計測② (18:00~19:10) 福井県スポーツ医・科学(福井大学)			
6年	12月20日(土)~ 21日(日) 予定	東京	ナショナルトレーニングセンターでの体験学習						
5年	1月17日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	メンタルトレーニング(④テスト返却) 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		集団スキル② Bring Up Athletic Society コーチ	振り返り			
6年			集団スキル② Bring Up Athletic Society コーチ		メンタルトレーニング(⑤テスト返却) 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		振り返り		
6年	2月7日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	ファンクショナルトレーニング③ 体力テスト返却 福井県スポーツ医・科学(福井大学)				閉講式	振り返り	
5年	2月21日(土) 16:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ	競技を知ろう 全競技(16:20~18:30) 競技団体				三者面談(18:35~20:00)	振り返り	