





令和8年5月30日(土)プログラム内容 5年

【会場】 セーレンドリームアリーナ (サブアリーナ集合)

【時間】 14:00 ~ 16:30

13:45~	出欠確認・提出物回収等	
14:00~ 14:05	【ミーティングタイム】 場所:サブアリーナ 担当:担任	
14:05~ 15:05	<p>【①集団スキル】 場所:サブアリーナ 講師: <u>小野澤 宏時 氏</u> (Bring UP Athletic Society コーチ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ラグビー元日本代表</li> <li>・ワールドカップ2003・2007・2011に出場</li> <li>・日本代表81キャップ(日本歴代2位)</li> <li>・55トライ(世界歴代4位)</li> </ul>	
	<p>講師: <u>奥井 亮太 氏</u> (Bring UP Athletic Society コーチ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・若狭東高校出身</li> <li>・2018福井国体優勝</li> <li>・静岡県ラグビー協会U12ヘッドコーチ</li> <li>・パーソナルトレーナー</li> </ul>	
	<p>○【5年生保護者向けプログラム スポーツ栄養学】 場所:会議室3 講師: <u>碓 麻菜 氏</u> (公認スポーツ栄養士 福井県スポーツ医・科学委員)</p>	
15:05~ 15:15	休憩・移動	<p>8期生 サブアリーナ → 会議室2 保護者 会議室3 → 会議室2</p>
15:15~ 16:15	<p>【②メンタルトレーニング】 場所:会議室2 講師: <u>鮫嶋 優樹 氏</u> (メンタルトレーニングコーチ 福井県スポーツ医・科学委員)</p>	
16:15~ 16:30	振り返り・連絡事項	

★服装 アカデミーTシャツ・短パン(アンダーシャツ等も着用可能)

★持ち物 FJAA記録ノート・飲み物・タオル・運動用シューズ(室内用)・筆記用具