

運動能力測定大会

※小学生以下は必ず保護者同伴でご参加ください。

◎当日のスケジュール

- ◆参加者の皆さんをグループ分けして測定とレクチャーを行います。
各組の測定&レクチャー30分前に受付へ集合して下さい。
※保護者の方のヒールでのご来場はご遠慮ください。

9:30~9:40	第1組受付	10:00~11:00	第1組測定&レクチャー
10:00~10:10	第2組受付	10:30~11:00	第2組測定&レクチャー
10:30~10:40	第3組受付	11:00~11:30	第3組測定&レクチャー
11:00~11:10	第4組受付	11:30~12:00	第4組測定&レクチャー
12:00~12:30	昼休み		
12:30~12:40	第5組受付	13:00~13:30	第5組測定&レクチャー
13:00~13:10	第6組受付	13:30~14:00	第6組測定&レクチャー
13:30~13:40	第7組受付	14:00~14:30	第7組測定&レクチャー
14:00~14:10	第8組受付	14:30~15:00	第8組測定&レクチャー
		15:00	測定大会終了

計測内容、説明時間により若干お待ちいただく場合もございます。

◆運営方法:

- ①記録用紙に氏名、年齢など必要事項を記入していただきます。
- ②プリントスピードから開始し、記録用紙を持って移動し、各項目のデータを測定係に記入してもらいます。
- ③最終テーブルにて、それまでの測定値を参考にしながら、運動能力の特徴、長所と改善点、トレーニング方法などアドバイスします。
(一人3分程度)

- 持ち物:運動出来る服装、靴、タオル、帽子、水筒(スポーツドリンク入りなど)
- ケガ等:実施中のケガの応急手当て、病院への連絡は対応するが、その後の治療に関わる負担については、施設にて加入している傷害保険の範囲の適用とします。チーム、団体所属の選手・指導者は各自スポーツ傷害保険期間を確認のうえ参加してください。個人参加の方も各自にてスポーツ傷害保険への加入をお勧めします。

ACCESS キリンビバレッジ周南総合スポーツセンターへのアクセス 周南市徳山427

- 高速道路 山陽自動車道 徳山東 7分
- 最寄り駅 山陽本線 櫛ヶ浜駅下車 徒歩 20分
山陽本線 徳山駅よりバス 15分
緑が丘運動公園前下車徒歩3分

