**団　　体　　名**

**担当者　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　住　所**

**連絡先　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　携　　帯**

**E-mail**

**①日程　希望する日時に○をつけてください。 【午前 9：30～12：30　　午後 13：30～16：30】**

**【スポーツ交流村体育館利用可能日】**

・下記日程以外を希望する場合は、お問い合わせください。

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **月** | **9/26（土）** | **10/17（土）** | **11/14（土）** | **12/12（土）** | **1/23（土）** | **2/6（土）** | **2/20（土）** |
| **時間** | **午前** | **午前** | **午前** | **午前** | **×** | **×** | **×** |
| **午後** | **午後** | **午後** | **午後** | **午後** | **午後** | **午後** |

**【上記日程以外 もしくは スポーツ交流村以外の会場を希望する場合】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第１希望日** | **月　　　　日 （　 　） 　午前 ・ 午後** | **第２希望日** | **月　　　　日 （　 　） 　午前 ・ 午後** |
| **実施場所** |  | | |

**②内容　希望する項目にチェックをつけてください。（組み合わせ可）**

・体力測定以外の項目については、練習会場等での実施も可能です。詳しくはお問い合わせください。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **内容** |  | **体　力　測　定**  **（所要時間90分～3時間）** | | | 令和2年度は、スポーツ交流村の体育館・トレーニングルームのみでの実施とします。 | | | |
|  | **トレーニング指導**  **（所要時間60分～90分）** | | | ウォーミングアップ（ダイナミックストレッチなど）　　　 持久力  股関節・体幹 　　  瞬発力　　　 神経系改善・向上、敏捷性  その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 ） | | | |
|  | **スポーツ傷害予防講習**  **（所要時間60分～90分）** | | | スポーツ傷害予防  コンディショニングについて  その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　） | | | |
|  | **メンタルトレーニング講習**  **（所要時間60分～90分）** | | | モチベーション  試合に対する心理的準備  集中力を高める方法  セルフコントロール  プラス思考・セルフトーク  その他（　　　　　　　　　　　　　　　） | | | |
|  | **スポーツ栄養講習**  **（所要時間60分～90分）** | | | アスリートの栄養・食事の基本（補食含む）　　　試合期の食事  水分補給 　　  体重管理　　　　食物摂取頻度調査（要相談）  その他（ | | | |
| **人数** |  | **小学生** | **中学生** | **高校生** | | **成年** | **指導者**  **保護者** | **合計人数** |
| **男子** | （　　　　）名 | （　　　　）名 | （　　　　）名 | | （　　　　）名 | （　　　　）名 | （　　　　）名 |
| **女子** | （　　　　）名 | （　　　　）名 | （　　　　）名 | | （　　　　）名 | （　　　　）名 |

注意事項

１．必ず指導者、部活動顧問、学校長等の団体の代表者が申込みを行ってください。保護者や選手からの申込みは受け付けません。

２．新型コロナウイルス感染拡大防止のため、体力測定は定員を、小学生20名、中学生以上16名までとします。

３．ジュニア・アスリートサポート事業に関わる施設使用料は山口県スポーツ交流村で実施するものに限り、山口県体育協会が負担します。ただし、山口県スポーツ交流村以外で実施する場合にかかる施設利用料は、実施団体でお支払いをお願いします。

４．やむを得ず、申込み後にキャンセルをする場合は、2週間前までに連絡してください。連絡がない場合は施設利用料を全額お支払いいただきます。

５．希望に添えない場合もあります。ご了承ください。