**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。

※10月以降は、交流村体育館の補修工事のため体力測定および体育館の使用はできません。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **月** | **6/19（土）** | **7/24（土）** | **9/25（土）** |
| **時間** | **午前** | **午前** | **×** |
| **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）** | | 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。  （10月以降は体育館の補修工事のため体力測定は実施できません） | | | |
|  | **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。