



【令和元年11月16日(土)】

宮崎市トップアスリート発掘・育成事業 〔振り返り&連絡シート〕

(1) 11月の特別講座「ペップトーク」、トレーニングの感想 氏名(_____)

(2) 自宅課題チェックカレンダー ※朝・夜にトレーニングを実施した場合は、「○」を記入してください。

日	月	火	水	木	金	土
記入例						11/16
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23
11/24	11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
12/1	12/2	12/3	12/4	12/5	12/6	12/7
12/8	12/9	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14

<自宅課題に対する感想>

(3) 出場大会等の成績(11月16日~12月13日)

<次回のトレーニング日程のお知らせ>

日時 令和元年12月14日(土) 15:00~18:15
 場所 宮崎市生目の杜運動公園 体育館・はんびドーム(宮崎市大字跡江4461番地1)
 内容 ○特別講座「トップアスリート講話」(15:00~16:00)【育成選手・保護者】
 講師 プロ野球 福岡ソフトバンクホークス 加治屋 蓮 選手
 ○体験プログラム「陸上競技」(16:15~18:15)【育成選手】
 ※トップアスリート講話は体育館内ですので、体育館シューズをお持ちください。
 体験プログラムは、屋外を走ることができる運動靴で参加してください。

【今月のトップアスリート名言集】

僕は失敗したことを振り返らない。それはもう取り返せないもの。
 だから「できる!できる!」と次のことしか考えない。

— 菊池 涼介 選手(プロ野球 広島東洋カープ) —