資料1－4

宮崎市トップアスリート発掘・育成事業 プログラム

日　時		カリキュラム	内　容	講　師	対象者	場所
第1回 平成29年 1月15日（日）	15:00～15:45		開講・認定式		小4～小6　65名 その保護者65名	市総合体育館 大会議室
	16:00～17:45	基礎トレーニング	体幹トレーニング	アスリート道場 BUSHITSU 宮田　拓氏	小4～小6　65名	市総合体育館 2階　剣道場
	16:00～17:20	保護者講座	スポーツメンタル 講座Ⅰ	アスリート道場 BUSHITSU 渡辺　なおみ氏	保護者65名	市総合体育館 大会議室
第2回 平成29年 2月12日（日）	15:00～16:30	基礎トレーニング	体幹トレーニング	アスリート道場 BUSHITSU 宮田　拓氏	小4～小6　65名	市総合体育館 2階　剣道場
	16:40～18:30	体験プロググラム	体験プログラム 「バドミントン」	市バドミントン協会	小4～小6　65名	市総合体育館 大体育室
	15:00～16:30	保護者講座	スポーツメンタル 講座Ⅱ	アスリート道場 BUSHITSU 渡辺　なおみ氏	保護者65名	市総合体育館 大会議室
第3回 平成29年 3月4日（土）	10:00～11:30	基礎トレーニング	体幹トレーニング	アスリート道場 BUSHITSU 宮田　拓氏	小4～小6　65名	市総合体育館 2階　剣道場
	10:00～11:30	保護者講座	食事・栄養学	大塚製薬（株） 木村　勇人氏	保護者65名	市中央公民館 2階　大研修室
	午後	基礎トレーニング	トレーニング実技講習	（一社）レッシュ・プロジェクト代表 廣戸　聡一氏	小4～小6　65名	市総合体育館 大体育室
	17:15～17:30		閉講式		小4～小65名 保護者65名	市中央公民館 2階　大研修室