

# <平成29年度 ジュニアキャンプ日程>

日 程	第 1 日 目	第 2 日 目
8:00		◇開場 8:00 (係生徒, 教員もこの時刻) ※会場設営
8:25		◇整列・諸注意 8:25～ (高橋)
8:30	◇開場 8:30～ (係生徒, 教員:8:10～) ◇受付 受講料・ハンドブックの受付	◇午前の練習 8:30～12:10 ⑥準備運動 8:30～9:00 (瀬谷)
9:00	◇開講式 9:00～	④レセプション 9:00～10:00 (佐々木)
9:30	◇午前の練習 9:30～12:10 ①心と体の準備運動 9:30～10:10 (阿部) ②パス1 10:10～12:10 (阿部) ・オーバーハンドパスの基本 ・アンダーハンドパスの基本 ※直上, 直線	⑤スパイク 10:05～11:05 (阿部) ⑥ブロック 11:10～12:10 (築田)
12:10	◇昼食 12:10～13:00	◇昼食 12:10～13:00
13:00	◇午後の練習 13:00～16:30 ③声出し・歌 13:00～13:20 (尾崎) ※プレーの声, 心の7ヶ条, はじける若さ ④パス2 13:20～14:20 (阿部) ※方向転換 ⑤ディグ 14:20～16:30 (中谷) ※チーム練習 ・強打 ・軟打	◇午後の練習 13:00～15:15 ※⑦と⑧, ⑨と⑩はチームで選択 ⑦サーブ 13:00～14:00 (瀬谷) ※フローターサーブ ⑧カバーリング, ハイセット 13:00～14:00 (中谷) ⑨パスによるラリー練習 14:05～15:15 (阿部) ⑩強打・軟打によるラリー練習 14:05～15:15 (中谷)
15:15	※ランニングレシーブを含む ・前後レシーブ	◇片付け 15:15～15:25 ※自チームのボール等を含む ◇閉講式 15:25～15:35 ◇C - d o w n 15:35～15:50 ◇解散 ～16:00 ※この時間までには体育館を出る
16:00		
16:30	◇C - d o w n 16:30～16:45	
17:00	◇解散 ～17:00 ※この時間までには, 体育館を出る	

※教員集合時間は, 1日目 8:10, 2日目 8:00 です。

※生徒, 児童 (小学生含む) は, 1日目 8:30 開場です。(下記に記載のネット張りなどの係担当学校は 8:10 です。) 1日目 8:00 開場です。

※解散時間は, 1日目 17:00, 2日目 16:00 です。保護者に事前に連絡をお願いします。(保護者の迎えを待って生徒だけ残っていることがありました。)

※生徒荷物置場:武道場。教員昼食場:会議室。生徒昼食はロビーのみです。

※小学生の控え室は, 1階会議室の横のじゅうたんのあるスペースと武道場を使用して下さい。(小学校の大会前日ということで参加ありません。)

※1日目は, ボール類は体育館隅に置いて帰れます。

※当日やむをえない事情で生徒が欠席する場合は, 当日受けつけで伝えて下さい。来られなかった場合の参加料はいただきません。怪我で見学などもそのつど相談させていただきます。