

講習会の詳細

| 日時・場所   | 内容   | 講師  |
|---|--|---|
| <p>10/14 (月・祝)<br/>           集合：宮城学院女子<br/>           大学 C202 教室</p> | <p>第 1 回 スポーツ心理学<br/>           -緊張のコントロール-<br/>           9:00-10:00 講義(C202 教室)<br/>           試合で必要とされる緊張のコントロールにつ<br/>           いて学びます<br/> <br/>           10:30-17:00 実技 (オムニコート)</p>   | <p>工藤敏巳氏<br/>           水間奈津紀氏</p>  |
| <p>11/9(土)-10(日)<br/>           集合：宮城学院女子<br/>           大学オムニコート</p> | <p>第 2 回 一流選手の技術を学ぶ<br/>           -オールラウンダーになるために-<br/> <br/>           11/ 9 (土) 13:00-17:00 実技<br/>           11/10 (日) 9:00-17:00 実技<br/> <br/> </p>  | <p>どんぐり北広島<br/>           中本 裕二監督<br/>           半谷 美咲選手<br/>           高橋 乃綾選手</p> |
| <p>12/7 (土)<br/>           集合：宮城学院女子<br/>           大学体育館</p>         | <p>第 3 回 スポーツ栄養学<br/>           -ソフトテニス選手の悩み別食事の選び方講座-<br/>           9:00-11:00 実技(体育館)<br/>           11:00-13:00 食事選びとその解説<br/>           (無料、学食)<br/> <br/>           13:30-17:00 実技<br/>           (オムニコート)<br/> <br/> </p> | <p>丹野久美子氏<br/>           水間奈津紀氏</p>   |
| <p>12/25 (火)<br/>           集合：仙台市体育館</p>                             | <p>第 4 回 クリスマス練習会<br/>           -クリスマスイベント-<br/> <br/>           頑張った自分にご褒美！楽しんでソフトテニス<br/>           をしましょう！親子で参加も可<br/>           9:00-17:00 練習後、ゲームをして楽しみま<br/>           しょう (賞品もあり)<br/>           ・参加人数によって企画内容が変わる場合があり<br/>           ます</p>  | <p>水間奈津紀氏</p>   |