

令和7年度みやぎジュニアトップアスリートアカデミー

修了生プログラム実施要領

講座名	修了生プログラム
日時	令和8年1月24日(土) 14:30~16:30 (受付 14:00~14:30)
場所	<活動場所> キューアンドエースタジアムみやぎ 会議室 (〒981-0122 宮城県宮城郡利府町菅谷字館40-1)
	<受付場所> キューアンドエースタジアムみやぎ 会議室及び室内走路(予定)
駐車場	第5駐車場(別紙駐車場案内図参照)
対象者	アカデミー修了生(中学3年生~高校3年生)とその保護者 ※先着100名まで
持ち物	運動できる服装、スポーツ用タオル、メモ帳、筆記用具、下敷きまたはバインダー、その他個人で必要なもの

<スケジュール>

14:00~ 14:30	受付 (Inbody測定 ※希望者のみ) 【会議室】
14:30~ 16:30	講義:「筋力トレーニングの基本的な考え方,競技別トレーニング方法について」 講師:青島大輔氏(株式会社 active body) ※講義内容は参加者の状況によって変更の可能性があります 【会議及び室内走路(予定)】
16:30~ 16:40	事務局連絡 【会議室】
16:40	解散

<出欠連絡について>

- ・当日欠席・遅刻等、緊急時は携帯 080-4601-9245 にお電話ください。
(平日 8:30~17:15 は固定電話 022-349-9655 にお電話ください。)

<服装について>

- ・実技指導も実施する可能性がありますので、運動できる服装で参加してください。

<プログラム内容や注意事項について>

- ・保護者の方のみの参加も可能です。
- ・見学の際にお子様をお連れの方は保護者の監督のもと、会場内でのケガなどがないようにご覧ください。当協会では会場でのアカデミー修了生以外のケガ等については、責任を負いかねますので、十分にご注意ください。
- ・保護者の方の貴重品や私物に関しては、ご自身で管理いただくようお願いいたします。
- ・災害等緊急時は会場内の安全を確保できる場所、もしくは近隣の指定避難場所で待機しますので、お迎えをお願いいたします。

≪駐車場≫ 宮城県総合運動公園 5 駐車場

≪活動場所≫ キューアンドエースタジアムみやぎ 会議室

