平成31年3月1日

各　団　体　・　チ　ー　ム

監　督　及　び　コ　ー　チ

大阪府トランポリン協会　ジュニア強化選手練習会に参加する皆様へ

事前準備及び手順

準備物

1. ジュニア強化選手練習会　フィードバックシート
2. 練習着、タオル、体育館シューズ、トランポリンシューズ
3. 軽食、ドリンク
4. 筆記用具
5. A４サイズのファイル
6. 昨年、参加した選手は昨年のフィードバックシートを持参してください。

手順

1. ジュニア強化選手練習会　フィードバックシートをプリントアウトしてください。
2. 選手名、学年、クラブ名、強化ランク、目標、課題を記入してください。
3. ジュニア強化選手練習会トレーニングメニュー2枚目のA～Eより自分のレベルに合ったメニューに〇印を付けてください。（コーチと相談してください。）

メニュー内容と回数を記入してください。

1. ジュニア強化選手練習会トレーニングメニューは2枚共、

各トランポリン台に1セットを協会で用意しています。

当日は忘れ物の無いように事前準備をよろしくお願いします。