

2019年 第1回指導者研修会 タイムスケジュール

- 8 : 4 5 開館～器具設置。本部席・受付席準備
- 9 : 1 0 受付 開始
- 9 : 1 5 開始式
万谷理事長 挨拶
本日の研修内容の確認
- 9 : 2 5 準備体操
- 9 : 3 0 研修開始
各自5級～できる級までを練習
腰落ち～ひざ落ち、連続の重要性
1/2腰～ひざ落ち、連続の重要性
- 10 : 2 5 ケガの事例を報告し、安全対策を考える。
* 開脚跳びの着床時に、膝が内側に入り靭帯損傷。
* 1/2腰で片手をつき手首打撲、等。
- 10 : 2 5 休憩
- 10 : 3 0 大阪府ジュニア大会の採点について (講師 大阪府審判委員 中溝一男)
審判構成
演技審と難度審
演技得点
難度得点
得点の算出方法 有効種目 (主審の判断と決定権)
競技規則の確認 質疑応答
- 11 : 3 0 終了の挨拶～かたづけ
- 11 : 5 5 退館