

各高等学校男子バレー部 顧問 殿

強化指導部

秋季中高練習会について

1. 日 時 平成29年10月1日(日) 9:00～13:00
2. 場 所 奈良県立添上高等学校(集合8:30)
3. 内 容 ウォーミングアップの仕方
トレーニング法
ボールを使用した練習法
(練習内容等の希望がありましたら北川まで連絡してください)
4. 指 導 者 NBK ドリーマーズ
奈良県高体連バレーボール専門部
指導強化部
5. 対 象 1・2年生(参加自由)
6. 準 備 物 練習着(自校のユニフォームを着用)・バレーシューズ・タオル
ボール・その他
7. そ の 他 飲み物は各自で準備してください。
けがには十分注意してください。

問い合わせ先
添上高等学校 北川 賢
TEL 0743-65-0558
携帯 080-6131-9161

平成29年度 奈良県中学・高校合同強化練習会 女子 実施要項

- 対 象 全チーム1, 2年生のみとなります。
- 期 日 平成29年10月1日 日曜日 9時～17時
- 場 所 奈良文化高校体育館
- 受 付 8時30分～9時00分
- 開始式 9時00分 各チーム時間までに更衣を済ませてフロアに集合して下さい。
- 練習予定 午前中は基礎・基本中心に行います。午後からは中学生と高校生の合同チームにて試合を中心に行う予定です。

※午後の試合時にはユニフォームを着用してください。

※今回は、奈良文化高校内体育館二会場に分かれての実施となります。

ご面倒をお掛けするチームも出てきますが、ご理解よろしくお願ひします。また、引率で来られる先生方にもボール出しをお願ひします。中学生との良き交流の場となるよう、ご協力の程よろしくお願ひします。

※水分等は各自持参するようによろしくお願ひします。