

平成29年度 埼玉県中体連ソフトボール専門部

選抜強化合宿

1. 日時

平成29年12月2日(土) 8:30~ 受付
9:00~16:00 練習
平成29年12月3日(日) 9:00~15:30 練習
16:00 解散

2. 場所

練習会場 吉見町ふれあい広場
問い合わせ先 町民体育館 TEL0493-54-5625
宿舎 フレンドシップハイツよしみ TEL0493-54-2030
雨天時 1日目 東松山市立東中学校
2日目 会場未定 当日朝、雨天判定後、
ホームページ等に掲載します

3. 参加生徒

中1 4名(投手2名 捕手0名 内野手2名 外野手0名)
中2 20名(投手7名 捕手6名 内野手6名 外野手1名) 計24名

4. 中体連専門部参加者

1日目 20名 2日目 16名

5. 高体連専門部指導者

県高体連強化委員の先生方

6. 特別講師

実業団所属投手(太陽誘電ソルフィーユ) ※1日目のみ

※指導者補助

県内高校ソフトボール部員
東京女子体育大学、日本体育大学ソフトボール部員

7. 日程

【1日目】

8:30 受付
9:00 開講式
*専門部挨拶 *指導者紹介・挨拶
*選手代表決意表明 *専門部より諸注意
9:10 ウォーミングアップおよびトレーニング講習
講師:クレマー・ジャパン
10:15 キャッチボール・ゴロ処理・送球 等の技術練習
昼食休憩
13:00 投手 → 投球練習・指導
捕手・野手 → 守備練習
14:30 バッティング技術講習
16:00 練習終了 → 宿舎に移動
17:30 入浴
18:30 夕食
19:30 練習を振り返って
*討論会(チームの悩みなど)
*一日目のまとめ記入
22:00 就寝

【2日目】

6:00 起床
7:00 朝食
宿舎より移動(バス)
9:00 アップ・ゲーム形式練習
10:30 シートバッティング等 ゲーム形式の練習
昼食休憩
13:30 ゲーム(Aチーム vs Bチーム)
15:30 練習終了
閉講式
*指導者講評 *選手代表お礼
*専門部挨拶
16:00 解散

8. 中学校の先生方へ

- 各中学校の先生方も、見学可能です
- 昼食や、派遣文書を出すことはできません
- 見学希望の先生方は、当日会場に直接お越しください
- 受付をしていただいた後、グラウンドへの案内を致します
- 中学生の見学も可能ですが、危険防止の為、グラウンドの外からになります