

# 選抜強化合宿

## 1. 日時

平成30年12月1日(土) 8:30~ 受付  
9:00~16:00 練習  
平成30年12月2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  
宿舎 フレンドシップハイツよしみ  
雨天時 1日目 東松山市立北中学校  
2日目 吉見町 B&G体育館 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 3名 中2 21名 計24名

## 4. 中体連専門部参加者

1日目 15名 2日目 14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

実業団所属選手(太陽誘電・戸田中央総合病院)

### ※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  
8:45 開講式  
\*専門委員長挨拶 \*指導者紹介・挨拶  
\*選手代表決意表明 \*専門部より諸注意  
9:00 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  
10:30 技術練習(守備・バッティング)  
昼食休憩  
13:00 紅白戦(ゲーム形式)  
15:30 ダウン  
16:00 1日のまとめ → 宿舎に移動  
16:30 フレンドシップ入館  
17:00 入浴等  
18:30 夕食  
19:30 練習を振り返って  
\*討論会  
\*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  
10:00 技術指導(ポジション別)  
昼食休憩  
13:00 技術指導(フリーバッティング・合同ノック)  
15:30 練習終了  
閉講式  
\*指導者講評 \*選手代表お礼  
\*専門委員長挨拶  
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