

ジュニア&ユーストレセン 2020 開催要項

新型コロナウイルス感染症拡大防止等のため、集合講習や強化練習会などが開催困難であり今後の先行きも不透明なため、今年度は Web を活用した競技力向上に向けた取り組みを展開する。

今回の Web 形式では参加選手を初級・中級・上級などカテゴリー分けは実施せず、参加者全員が同じ課題等に取り組むこととする。

1. Web 形式実施方法

専門部 HP にてボウリング競技に関する課題や取り組み内容の指示を提供し、取り組んだ結果や内容、成果について定期的に回収したり報告させたりする。

(1) 課題の提出や報告の方法

第1回提出日・・・11/29（日）全沖縄小中高ボウリング選手権大会のとき

第1回～第2回の課題と取り組み結果について報告書と写本プリントを提出

第2回提出日・・・2/13（土）第7回沖縄県高校ボウリング春季大会のとき

第3回～第5回の課題と取り組み結果について報告書と写本プリントを提出

(2) 課題（報告書と写本プリント）の提出先

県高体連ボウリング専門部スタッフ（トレセンスタッフ）へ提出

(3) 未提出者について

課題や報告書を出さない選手についてはトレセンを修了したとみなさない。（修了証を交付しない）

また、全5回の課題について一つでも未提出がある場合は、県外大会への派遣推薦の対象選手から外れることがある。（沖縄県代表選手に選ばれないこともある）

2. 参加申し込み（登録）

専門部公式 LINE や公式 HP、県内各センターへの案内依頼を利用して広く県内のジュニア&ユースボウラーへ通知・案内し、専門部公式 HP 内にある申し込みフォームから参加（登録）申し込みをする。

トレセンの対象選手は、ボウリングで沖縄県代表選手を目指している小学1年生から大学生・専門学校生（22才以下）とする。（単純にもっとボウリングが上達したい選手でも可能）

3. 回数と内容

※フィジカルトレーニングをフィジトレと省略

回数	実施月	内容	回収・点検
第1回	2020年11月	(1) スペアの3つの基本コース p14、p15 についてプリントの内容を全て図も一緒に専用用紙に書き写して理解すること (2) 自宅で フィジカルトレーニング をして報告すること ①腕立て伏せ・・・10回×3セット(1セット終了ごとに2分休む) ②スクワット・・・10回×3セット(1セット終了ごとに2分休む) ③腕立てジャンプ・・・10回×3セット ④スクワットジャンプ・・・10回×3セット ※①～④までの順番を守る ※小学生は全て1セット、中学生は全て2セットとする	(1) A4 写本プリントを提出 (2) トレセンの課題・結果報告書を提出
第2回	2020年11月	(1) スペアアングル 3-6-9 システム、2-4-6 システム についてそれぞれプリントの内容を全て図も一緒に専用用紙に書き	同

		写して理解すること (2) 自宅で フィジトレ をして報告すること (メニューは同じ)	
第3回	2020年12月	(1) パターン表 についての説明の文と図を全て専用用紙に書き写して理解すること (2) アクシスローテーション について " (3) アクシスチルト について " (4) 自宅で フィジトレ をして報告すること (メニューは同じ)	同
第4回	2021年1月	(1) ハウスコンディション攻略 のプリントについて ①p58～p59を読んで理解しよう ②p60～p61の図と説明を全て専用用紙に書き写し理解しよう (2) ショートオイルの攻め方 のプリントについて ①p62を読んで理解しよう ②p63～p64の図と説明を全て専用用紙に書き写し理解しよう (3) ミディアムオイルの攻め方 のプリントについて ①p65を読んで理解しよう ②p66～p67の図と説明を全て専用用紙に書き写し理解しよう (4) ロングオイルの攻め方 のプリントについて ①p68を読んで理解しよう ②p69～p70の図と説明を全て専用用紙に書き写し理解しよう (5) 自宅で フィジトレ をして報告すること (メニューは同じ)	同
第5回	2021年2月	(1) これまでのまとめと振り返り (2) 感想と決意 (目標) など (3) 自宅で フィジトレ をして報告すること (メニューは同じ)	専用用紙を提出する

4. 参加 (登録) 費用など

- (1) 参加費：各回 200 円×5 回＝ひとり 1, 000 円／年間
 - (2) 支払い：2020年11月29日 (日) の大会時にトレセン事務局 (庶務：嵩原) へ納付し領収書を受け取る
- ※参加費用は消耗品 (修了証、専用用紙) や郵送料、HP 運営費用など事務処理費用にあてられる

5. その他

- (1) トレセンは公式な強化事業のため、これまで同様に県代表選手を目指すのであればトレセン受講をすること。ジュニア世代からユース世代の沖縄県代表としてのいろいろな県外大会への派遣推薦の条件としてトレセン受講 (修了) が必要な条件となっている。
- (2) トレセンの資料や課題の内容などについては、著作権や個人情報などの関係上、決して他人に紹介や提供、配布 (資料や画像をわたすなど) をしてはいけない。(違反者は強化事業対象選手から外す)
- (3) やむを得ない事情がありトレセンを受講できない場合や締切り日に課題を提出できない場合 (法事などを想定) は事前にトレセン責任者 (専門委員長) まで相談をすること。事前相談がない場合は単なる怠けやサボリと判断されることもある。
- (4) トレセン受講 (取組み) においては、新型コロナウイルス感染症拡大防止の公式ガイドラインなどを守りながら、安全・安心に活動ができるように注意すること。
- (5) そのほか必要な事項についてはトレセン事務局に一任し、事務局が臨機応変に対応・対処する。