

ジュニア&ユーストレセン2022 最終回

「県外大会で優勝するために準備すること」

県高体連ボウリング専門部

トレセン2022を締めくくるにあたり、これまで学んできた①フィジカルトレーニング、②メンタルトレーニング、③基礎と応用の知識及び技術、④体調と心理のコンディショニング、⑤食事と栄養などについて振り返りながら、今後の国体（本国体、九州ブロック大会）並びに全国大会での優勝を目指し、競技力向上と全国の上位で戦うための総合力アップをねらいとする。

そして、これまでの活動内容を振り返り、国体や全国大会、国際大会で活躍（入賞）した選手たちの感想や成果、課題などを共有する。さらに全国大会分析結果から「勝つための戦略」を組み立て、その対策や取り組みべきことを改めて学習・確認する機会とする。

1. 日時

令和5年3月4日（土） 午前8時30分受付開始
午前9時開始～午後13時頃終了予定

2. 場所

美来工科高校 電子システム科3階 電気磁気室

3. タイトルと講師

- | | | |
|---------------------------------|------------|------|
| (1) 令和4年度全国大会を振り返って（選手感想等） | 9:00～10:00 | 約60分 |
| (2) 国際大会（U22福岡、アジアジュニア選手権）の感想など | | |
| (3) 令和4年度国体及び九州ブロック大会の分析から | | |
| (4) 県外大会で優勝するために必要なこと | | |
| (5) アンケートなど | | |

4. 対象選手と参加費

春高ボウリング青森の県代表選手および県内在住の高校生ボウラー
参加費：一人300円（事務経費等）

5. 申し込み

指定の申込用紙をメールにて2月28日（火）17時までに申込みすること
申込先：nakahotk@open.ed.jp（美来工科高校 仲程 崇）

6. その他

- (1) 申し込み時点で参加費納入義務となります、当日に支払うこと。なお、法事や資格試験など、正当な理由（コロナ感染、インフルエンザ罹患は認める）の場合は欠席を認め参加費を返却できる。
- (2) 今後沖縄県代表選手として県外大会へ参加を希望する選手は極力トレセン（強化事業）へ参加すること。理由なく参加しない場合は県代表から外れることがある。原則として、強化事業参加実績等をもとに（現在、過去において）県代表選手の選考を検討する。
- (3) 選手は筆記用具やプリントを綴るファイル等を持参すること。
- (4) 講習会の資料については著作権等の関係があるため、SNS等で拡散したり第三者へ提供したりしないよう気をつけること。
- (5) 今年度はトレセン修了証を発行しないが、受講履歴は残っているので心配はしないよい。