令和7年度いわてスーパーキッズ発掘・育成事業 U15(中学生)年間計画表

R7. 8. 20版

月	H	M33	中 1 (2025 U 15)		中2(2024U15)		中3(2023U15)	
		曜	時間 場	プログラム	時間 場	プログラム	時間 場	プログラム
4	6	B	15:35~18:45 富士大学	U15プログラム ① ◇令和7年度事業説明 知識:目標設定(保護者も聴講) フィジカル:体操①	16:35~18:45 富士大学	U15プログラム ① ◇令和7年度事業説明 フィジカル:体操①	16:35~18:45 富士大学	U15プログラム ① ◇令和7年度事業説明 フィジカル:体操①
4	27	B	12:50~16:30 富士大学	U15特別プログラム ・スポーツ・インテグリティ(保護者も聴講) ・傷害予防トレーニング(医科学)	12:50~16:30 富士大学	U15特別プログラム ・スポーツ・インテグリティ(保護者も聴講) ・歯科医師会マウスガード歯形取り(中2のみ) ・傷害予防トレーニング(医科学)	12:50~16:30 富士大学	U15特別プログラム ・スポーツ・インテグリティ(保護者も聴講) ・傷害予防トレーニング(医科学)
5	6	火祝	9:30~15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム ② フィジカル:体力測定+岩手大学測定 ①	9:30~15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム ② フィジカル:体力測定+岩手大学測定 ①	9:30~15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム ② フィジカル:体力測定+岩手大学測定 ①
6	8	Ħ	17:00~18:30 岩手県立大学	U15プログラム❸ フィジカル:運動機能チェック 日本ローイング協会トライアウト(競 技団体推薦者は除く)	16:00~18:30 岩手県立大学	U15プログラム❸ 知識:スポーツ栄養Ⅱ① (保護者も聴講) フィジカル:運動機能チェック 日本ローイング協会トライアウト (競技団体推薦者は除く)	17:00~18:30 岩手県立大学	U15プログラム ③ フィジカル:運動機能チェック 日本ローイング協会トライアウト(競 技団体推薦者は除く)
7	13	Ħ	13:45~15:30 盛岡市立高校	U15プログラム 4 フィジカル:総合トレーニング①(バ ドミントン)	16:00~17:45 盛岡市立高校	U15プログラム 4 フィジカル:総合トレーニング①(バ スケットボール)	14:30~17:45 盛岡市立高校	U15プログラム 4 知識:メンタルトレーニング②(保護者も聴講) フィジカル:総合トレーニング①(バスケットボール)
8	3	B	16:50~18:00 (オンライン①)	U15プログラム ⑤ フィジカル:エアロビクストレーニン グ	16:50~18:00 (オンライン①)	U15プログラム ⑤ フィジカル:エアロビクストレーニン グ	15:50~18:00 (オンライン①)	U15プログラム ⑤ 知識:スポーツ栄養皿 (保護者も聴講) フィジカル:エアロビクストレーニン グ
9	15	月祝			17:00~18:00 岩手県営武道館	U15プログラム 6 知識:メンタルトレーニング① (保護者も聴講)		
10	19	Ħ	二戸市総合スポーツセ	U15プログラム ⑦ 知識:スポーツ栄養 I ① (保護者も聴講) フィジカル:総合トレーニング②(内 容未定)	16:00~18:00 二戸市総合スポーツセ ンター	U15プログラム ⑦ フィジカル:総合トレーニング②(内 容未定)	16:00~18:00 二戸市総合スポーツセ ンター	U15プログラム ⑦ フィジカル:総合トレーニング②(内 容未定)
11	8	±	16:00~18:30 盛岡工業高校	U15プログラム ③ 知識:スポーツ歯科(保護者も聴講) フィジカル:ウエイトトレーニング基 礎			15:00~16:30 盛岡工業高校	U15プログラム ③ フィジカル:ウエイトトレーニング基 礎
11	16	Ħ			16:00~17:30 盛岡工業高校	U15プログラム ③ フィジカル:ウエイトトレーニング基 礎		
12	6	#	12:30~16:00 岩手県営武道館	U15プログラム ⑥ 知識:トップ選手講話(保護者も聴講) フィジカル:トップ選手交流	12:30~16:00 岩手県営武道館	U15プログラム ⑥ 知識:トップ選手講話(保護者も聴講) フィジカル:トップ選手交流	12:30~16:00 岩手県営武道館	U15プログラム ⑥ 知識:トップ選手講話(保護者も聴講) フィジカル:トップ選手交流
12	7	Ħ	17:00~18:00 (オンライン②)	U15プログラム の フィジカル:身体を機能的に動かすト レーニング	17:00~18:00 (オンライン②)	U15プログラム の フィジカル:身体を機能的に動かすト レーニング	16:00~18:00 (オンライン②)	U15プログラム ② 知識:アンチ・ドーピング (保護者も聴講) フィジカル:身体を機能的に動かすト レーニング
12	13 ~ 14	土日	東京都内	ナショナルトレーニングセンター研修				
1	12	月祝	17:00~18:30 (オンライン③)	U15プログラム の フィジカル:コーディネーショントレーニング	16:00~18:30 (オンライン③)	U15プログラム の 知識:スポーツ栄養Ⅱ② (保護者も聴講) フィジカル:コーディネーショントレーニング	17:00~18:30 (オンライン③)	U15プログラム の フィジカル:コーディネーショントレーニング
2	1	Ħ	13:30~15:00 岩手県立大学	U15プログラム ① フィジカル:ランニングスキル(スピード)+岩手大学測定②	13:30~16:20 岩手県立大学	U15プログラム ① 知識:トレーニング概論 (保護者も聴講) フィジカル:ランニングスキル(スピー ド)+岩手大学測定②	13:30~15:00 岩手県立大学	U15プログラム ① フィジカル:ランニングスキル(スピード)+岩手大学測定②
	1	H	10:00~12:45 大船渡市民体育館 シーパル大船渡	U15プログラム ⑫ 知識:スポーツ栄養 I ② (保護者も聴講) フィジカル:体操②	10:00~11:45 大船渡市民体育館 シーパル大船渡	U15プログラム ⑫ フィジカル:体操②	10:00~11:45 大船渡市民体育館 シーパル大船渡	U15プログラム ® フィジカル:体操②
3	21	<u></u>	13:00~16:30 キャラホール (オンライン④)	修了式・開始式 (オンライン参加)	13:00~16:30 キャラホール (オンライン④)	修了式・開始式 (オンライン参加)	13:00~16:30 キャラホール	修了式
年間フ	゚゚ログラ	・	◆修了式·開始式1 〔保護者〕計6回	回(フィジカルプログラム12回※体力測) 回 回(キッズと一緒に聴講※3年生は4回)			引プログラム1回	

プログラム毎の要項、時間/会場等変更が生じる際はホームページでのお知らせとなります。常に確認いただきますようお願いします。

