

令和8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

R8.10.16版

月	日	曜	中1（2025U15）		中2（2024U15）		中3（2023U15）	
			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	5	日	15:35～18:45 富士大学	U15プログラム⑩ ◇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⑩ ◇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⑩ ◇令和7年度事業説明 フィジカル：体操①
4	26	日	12:50～16:30 富士大学	U15特別プログラム ・インテグリティ講話 ・運動機能チェック	12:50～16:30 富士大学	U15特別プログラム ・インテグリティ講話 ・運動機能チェック	12:50～16:30 富士大学	U15特別プログラム ・インテグリティ講話 ・運動機能チェック
5	6	火	9:30～15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム⑨ フィジカル：体力測定会	9:30～15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム⑨ フィジカル：体力測定会	9:30～15:30 花巻市総合体育館 第3アリーナ	U15プログラム⑨ フィジカル：体力測定会
6	7	日	17:00～18:30 岩手県立大学	U15プログラム⑨ フィジカル：運動機能チェック	16:00～18:30 岩手県立大学	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	17:00～18:30 岩手県立大学	U15プログラム⑨ フィジカル：運動機能チェック
6	28	日	13:45～15:30 盛岡市立高校	U15プログラム⑨ 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⑨ フィジカル：総合トレーニング① （バスケットボール）	15:00～17:45 盛岡市立高校	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	2	日	16:50～18:00 （オンライン①）	U15プログラム⑨ 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⑨ 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）	知識：スポーツ栄養Ⅲ （保護者も聴講） フィジカル：エアロビクストレーニング
9	13	日			16:00～16:50 医科学測定室	知識：メンタルトレーニング① （保護者も聴講）		
10	18	日	15:00～18:00 二戸市総合スポーツ センター シビックセンター	U15プログラム⑨ 知識：スポーツ栄養Ⅰ① （保護者も聴講） フィジカル：総合トレーニング②	16:00～18:00 二戸市総合スポーツ センター	U15プログラム⑨ フィジカル：総合トレーニング②	16:00～18:00 二戸市総合スポーツ センター	U15プログラム⑨ フィジカル：総合トレーニング②
11	7	土	16:00～18:30 盛岡工業高校	U15プログラム⑨ 知識：スポーツ資料（保護者も聴講） フィジカル：ウエイトトレーニング基礎			15:00～18:30 盛岡工業高校	U15プログラム⑨ フィジカル：ウエイトトレーニング基礎
11	15	日			16:00～17:30 盛岡工業高校	U15プログラム⑨ フィジカル：ウエイトトレーニング基礎		
12	6	日	17:00～18:00 （オンライン②）	U15プログラム⑨ 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⑨ 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）	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	12～13	土・日	東京都内	ナショナルトレーニングセンター研修				
12	19	土	13:00～18:30 岩手県営武道館	U15プログラム⑨ 知識：トップ選手講話（保護者も聴講） 7/19 姉：トップ選手交流	13:00～18:30 岩手県営武道館	U15プログラム⑨ 知識：トップ選手講話（保護者も聴講） 7/19 姉：トップ選手交流	13:00～18:30 岩手県営武道館	U15プログラム⑨ 知識：トップ選手講話（保護者も聴講） 7/19 姉：トップ選手交流
1	12	火	17:00～18:30 （オンライン③）	U15プログラム⑨ フィジカル：コード・ワークトレーニング*	16:00～18:30 （オンライン③）	知識：スポーツ栄養Ⅱ② （保護者も聴講） フィジカル：コード・ワークトレーニング*	17:00～18:30 （オンライン③）	U15プログラム⑨ フィジカル：コード・ワークトレーニング*
7	2	日	13:30～15:00 岩手県立大学	U15プログラム⑨ フィジカル：ランニングスキル（x1'-d'）+岩手大学測定②	13:30～16:20 岩手県立大学	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（x1'-d'）+岩手大学測定②	13:30～15:00 岩手県立大学	U15プログラム⑨ フィジカル：ランニングスキル（x1'-d'）+岩手大学測定②
28	日		10:00～12:45 大船渡市民体育館 シーバル大船渡	U15プログラム⑨ 知識：スポーツ栄養Ⅰ② （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 シーバル大船渡	U15プログラム⑨ フィジカル：体操②	10:00～11:45 大船渡市民体育館 シーバル大船渡	U15プログラム⑨ フィジカル：体操②
3	20	土	13:00～16:30 キャラホール	修了式・開始式	13:00～16:30 キャラホール	修了式・開始式	13:00～16:30 キャラホール	修了式
年間プログラム回数			〔キッズ〕計13回 ◆U15プログラム12回（フィジカルプログラム12回※体力測定1回含む、知識プログラム5回※3年生は4回） ◆U15特別プログラム1回 ◆修了式・開始式1回 〔保護者〕計6回 ◆知識プログラム5回（キッズと一緒に聴講※3年生は4回） ◆修了式・開始式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いたします。