



日 程	時 間 (受 付)	内 容	会 場	講 師	備 考
4月6日 (日)	9:00~16:00 [第4期生] 9:00~14:30 (受付 8:50~) [第2・3期生] 13:30~16:30 (受付 13:15~)	共通プログラム① ・フィジカルサポート ・マルチスポーツ体験 認定式・開校式	広島県立総合体育館 小アリーナ	・フィジカルサポート：健康・体力サポートセンター ・マルチスポーツ体験：(株)ATHER 米澤 和洋	済み
7月6日 (日)	※時間は参加内容によって異なる [女性] I から参加 9:30 (受付 9:15~) II から参加 10:00 (受付 9:45~) [男性] I から参加 10:15 (受付 10:00~) III から参加 11:00 (受付 10:45~)	共通プログラム② I フィジカルサポート (対象者のみ) II 女性アスリート III 栄養学サポート IV 身体能力開発トレーニング	広島県立総合体育館 大会議室 剣道場	・女性アスリート向け講演 ：国立スポーツ科学センター 能瀬 さやか ・栄養学サポート：公認スポーツ栄養士 馬明 真梨子 ・マルチスポーツ講演：筑波大学 教授 大山 高 ・身体能力開発トレーニング：(株)クリエクト 竹原 亮紀	★
8月24日 (日)	9:30~12:00 (受付 9:15~)	共通プログラム③ ・身体能力開発トレーニング	広島市西区スポーツセンター 中体育室	・身体能力開発トレーニング：(株)クリエクト 竹原 亮紀	
11月22日 (土)	9:30~14:30 (受付 9:15~)	共通プログラム④ ・身体能力開発トレーニング ・メンタルトレーニング (予定)	広島県立総合体育館 小・中会議室 剣道場	・身体能力開発トレーニング：(株)クリエクト 竹原 亮紀 ・メンタルトレーニング：未定	
1月11日 (日)	9:30~12:00 (受付 9:10~)	共通プログラム⑤ ・身体能力開発トレーニング	広島市西区スポーツセンター 中体育室	・身体能力開発トレーニング：未定	
3月8日 (日)	9:30~14:00 (受付 9:10~)	共通プログラム⑥ ・身体能力開発トレーニング 修了式	広島市西区スポーツセンター 中体育室	・身体能力開発トレーニング：(株)クリエクト 竹原 亮紀	

※共通プログラムの日程については、プログラムの内容によって実施回数や会場が変更になることがありますので、御了承ください。

※日程については、各日程の内容等が決定次第、随時メールで連絡をさせていただきます。

※会場 広島県立総合体育館：広島市中区基町 4-1 / 広島市西区スポーツセンター：広島市西区庚午南 2 丁目 41-1

すでに決まっているスポーツの人はそのスポーツ技術と体力を更に向上させるために、他のスポーツもおこなってみませんか。まだやりたいスポーツが決まっていない人はマルチスポーツで色々なスポーツを体験し、探してみましょう。
時代は二刀流！！

○講師 (株)ATHER 取締役 米澤 和洋
 [資格] NSCA 認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト特別認定
 NSCA 認定パーソナルトレーナー特別認定
 日本体育協会認定アスレティックトレーナー(AT)
 健康運動指導士

○時間 18:00~20:00 (受付 17:30~)

○会場 広島県立総合体育館 広島市中区基町 4-1
 シャープ広島スポーツセンター 東広島市八本松飯田 2-9-1
 広島県スポーツ会館 広島市西区観音新町 2-11-124 (広島県総合グラウンド内)

**アカデミー生なら誰でも参加可能！
参加無料！**

日 程	会 場	時 間（受 付）	内 容	備 考
4月26日（土）	シャープ広島スポーツセンター	18：00～20：00 （受付 17：30～）	【共通】バルシューレ 【種目】フットサル	[持参物] ・ 体育館シューズ ・ 飲み物 ・ タオル ・ アカデミーTシャツ [バルシューレ(Ballschule)] ドイツで生まれたボール遊びの教室 ボールゲームを通して様々な体の動きを経験するプログラム 「基礎運動能力」「自己肯定感」「変化に対応する力」を育成
5月31日（土）				
6月29日（日）				
7月26日（土）	広島県立総合体育館 小アリーナ		【共通】バルシューレ 【種目】棒高跳び	
8月30日（土）	広島県立総合体育館 剣道場			
9月27日（土）				
10月26日（日）	シャープ広島スポーツセンター	◆講師の関係で会場や内容が変更になる場合があります。 ◆各種目で、日程が日曜日に変更になる場合があります。	【共通】バルシューレ 【種目】ピククルボール	
11月29日（土）				
12月20日（土）				
1月31日（土）	広島県スポーツ会館		【共通】バルシューレ 【種目】パルクール（予定）	
2月28日（土）				

※ 5/2(金)配信資料からの変更を赤字にしています。(一部除く)