

2021年度 B級指導員養成講習会②

スケジュールとカリキュラム

2022年1月9日開催 北信越ブロック・長野県

会場：長野県上田市 上野が丘公民館

時刻	所要時間	内容・カリキュラム	講師
8:30~8:50		受付 (時間厳守)	長野県協会
9:00~9:30	0.5	オリエンテーション・諸説明	指導委員会 (西潟)
9:30~11:00	1.5	緊急時の対応(心肺蘇生法、AEDの活用)	外部講師 (上田市東北消防署)
11:10~11:40 12:30~13:30	1.5	メンタルトレーニングについて	指導委員会 (西潟)
13:40~15:10	1.5	スポーツにおける食事と健康	外部講師 (スポーツ栄養士) 島田まゆみ様
15:20~16:50	1.5	体力向上のための基礎トレーニング	指導委員会(西潟)
16:50~18:20	1.5	チーム経営計画の作成・課題について	指導委員会(西潟)
合計時数	8.0		