

平成 28 年 11 月 24 日

関係者 各位

熊本市バレーボール協会  
会長 谷本 則雄  
指導普及委員長 神田 英俊

## 平成 28 年度熊本市バレーボール協会普及・強化事業 “フォレストリーブズ熊本バレーボール教室”のご案内

### 第 2 回実施内容

- 1 期日 第 2 回目 平成 28 年 12 月 17 日（土） 13：30～16：30
- 2 場所 熊本市立江南中学校体育館
- 3 参加者 熊本市内の小学生・中学生の男子選手  
熊本市バレーボール協会登録チーム及び選手
- 4 指導者 熊本市バレーボール協会（指導普及委員会）・フォレストリーブズ熊本の選手
- 5 日程

【開始式】 13：30～13：45

- ①開会
- ②バレーボール協会あいさつ
- ③指導者・参加者紹介
- ④日程説明
- ⑤閉会

【閉会式】 16：20～16：30

- ①開会
- ②バレーボール協会あいさつ
- ③指導者からのアドバイス
- ④閉会

【ウォーミングアップ】 13：50～14：10（20分）  
フォレストリーブズ熊本の選手による指導

【練習】フォレストリーブズ熊本の選手による指導 14：15～16：15（120分）

（1）基礎基本の練習 14：15～15：15（60分）

- ①オーバーパス、アンダーパス
- ②レシーブ練習（対人レシーブ・サーブレシーブなど）
- ③スパイク練習

休憩（10分）

（2）基礎基本の練習 15：25～16：15（50分）

- ④スパイク練習
- ⑤サーブ練習

（3）後かたづけ

- ・終わり次第閉会式

6 その他

- ・選手の送迎は、保護者・チームの責任で行う。
- ・練習時の事故については、応急処置は行うが、医師の診断が必要な場合は保護者の責任で措置する。補償は財団法人スポーツ安全協会「スポーツ安全保険」の範囲とする。

※参加ご希望の中学校のチームは、別紙の申込用紙にご記入の上、FAXで  
12月8日（木）までに申し込み下さい。FAX（江南中 351-8896）

※小学校のチームの参加については託麻西小学校の齋藤幸一先生と確認を  
お願いします。江南中へのFAXは不要です。

平成 28 年度熊本市バレーボール協会普及・強化事業  
“フォレストリーグズ熊本バレーボール教室”

参加申込用紙

送信先（江南中 神田英俊 宛）  
F A X 0 9 6 - 3 5 1 - 8 8 9 6

平成 28 年 月 日送信

第 2 回実施期日・場所

1 期日 平成 28 年 12 月 17 日（土） 1 3 : 3 0 ~ 1 6 : 3 0

2 場所 熊本市立江南中学校体育館

平成 28 年度熊本市バレーボール協会  
普及・強化事業

” フォレストリーグズ熊本  
バレーボール教室” に参加します。

（ ） 小・中学校男子バレーボール部

参加人数 （ ） 名

顧問氏名 （ ）

連絡先 （ ）

※学校の電話番号または、差し支えがなければ顧問の先生(担当者)の  
携帯番号をお願いします。

送信票等はつけずに、必要事項をご記入されて、このまま（1枚）でご返信下さい。

※先着 100 名で締め切らせていただきます。