

# 富士宮ライオンズクラブ 青少年育成事業「心 技 体」

日時 平成26年11月22日(土)

場所 富士宮市立大富士中学校

## 当日のスケジュール

8:30 ~ 9:15

受付

9:15 ~ 9:30

開会式

9:30 ~ 11:15

大儀見 浩介氏 講演



「やる気を高めるメンタルトレーニング」

11:15 ~ 11:45

(株)大塚製薬工場 宮内 孝宏氏 講演

「冬季感染症と水分補給について」

11:45 ~ 12:45

昼食

12:45 ~ 13:30

篠原 俊洋氏 指導

「トレーニングコーチによる体のケア」

13:30 ~ 15:00

アスリートによる技術指導

サッカー



大儀見 優季選手

バレーボール



杉山 祥子さん

野球

元プロ野球選手

テニス

実業団選手

15:00 ~ 15:30

記念撮影

閉会式