

スポーツキャンプ I N日体大 スケジュール

1日目

日 時	内 容	場 所
10:50	集合	小田原アリーナ南側駐車場
11:00	出発（バス移動）	借上バス
12:30	大学到着	日体大健志台キャンパス
12:30	昼食・控室移動・説明	学生食堂（キャンパス内）・教室
13:30	プログラム（60分）	日体大健志台キャンパス
14:45	プログラム（60分）	日体大健志台キャンパス
16:00	プログラム（45分）	日体大健志台キャンパス
17:00	夕食・宿舎移動	学生食堂（キャンパス内）
18:00	宿泊施設（1日目終了）	日体大健志台ゲストハウス
21:30	就寝	日体大健志台ゲストハウス

2日目

	内 容	場 所
7 : 0 0	起床	日体大健志台ゲストハウス
8 : 0 0	朝食・移動	学生食堂（キャンパス内）・教室
9 : 0 0	プログラム（60分）	日体大健志台キャンパス
10 : 1 5	プログラム（60分）	日体大健志台キャンパス
11 : 3 0	昼食・帰り支度	日体大健志台キャンパス
12 : 0 0	昼食・休憩	学生食堂（キャンパス内）
12 : 3 0	記念撮影・退校	日体大健志台キャンパス
12 : 4 0	出発	借上バス
14 : 1 0	到着（予定）	小田原アリーナ南側駐車場

下記カリキュラムの中から5つ行います。

- (1)「栄養面」、「メンタルトレーニング」、「ボディコンディショニング」、「からだの不思議」などの講習授業等
- (2)「体幹運動」、「リズム運動」、「バランス運動」などの実技指導等
- (3)「各種トレーニング器具」などを用いたスポーツトレーニングセンターでの実技指導等
- (4)国際交流センターなどによるグローバル教育講話等
- (5)競技種目で本学生・生徒と交流しながら体験をしてもらう（希少種目等体験）
- (6)座学＝オリンピック・パラリンピック（夏季及び冬季）に関する体験講話
- (7)各キャンパス内施設見学

※詳細が決定次第参加者へ通知いたします。