

# ～ 小学6年生 知的／トレーニング ～

**【日時】** 8月8日(日) 13:15集合(受付 13:00～)  
**集合:** 本館2階 会議室C

**【会場】** 県立青少年センター (香南市野市町西野303-1)  
・知的プログラム : 本館2階 青少年ホール  
・トレーニング : 大アリーナ

**【内容】** ・コンディショニング(高知県スポーツ科学センター 中森 徹氏)  
・トレーニング(スポーツトレーニングコーチ 井場 正知氏)

**【詳細】**

13:15～13:30	オリエンテーション @会議室C
13:30～14:30	コンディショニング @青少年ホール
14:30～14:50	移動・休憩
14:50～16:20	トレーニング @大アリーナ
16:20～16:35	オリエンテーション @大アリーナ

**【持ち物】** 室内用シューズ・タオル・飲み物・筆記用具・ノート

◎知的プログラムには、保護者向けの内容も含まれます。

