

# ～ 小学6年生 知的／トレーニング ～

**【日時】** 12月19日（日） 15:00集合（受付 14:45～）  
**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 : 小アリーナ

**【内容】** ・コンディショニング（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】**

15:00～15:15	オリエンテーション @会議室C
15:15～16:15	コンディショニング @青少年ホール
16:15～16:30	移動・休憩
16:30～17:30	トレーニング @小アリーナ
17:30～17:45	オリエンテーション @小アリーナ

**【持ち物】** 室内用シューズ・タオル・飲み物・筆記用具・ノート

