



# 令和7年度プログラム 年間スケジュール

2025/4/19

学年	日時	場所	スケジュール				保護者向けプログラム	
5年	4月26日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	開講式	心理テスト(17:40~18:30) 5・6年	交流を深める運動 担任プログラム	振り返り	メンタルトレーニング 6年18:35~19:45	
6年			オリエンテーション <small>本格的な競技体験についての説明</small>					
6年 ◇競技体験	5月6日(火・祝) 9:00~11:00	各競技拠点	武生商工高校 フェンシング場 フェンシング					
6年 ◇競技体験	5月10日(土)	各競技拠点	福井農林高校 レスリング場 9:00~10:30 レスリング		足羽高校 武道館 14:00~16:00 ボクシング			
5年 ◆クロス	5月11日(日) 10:00~12:00	各競技拠点	◆クロストレーニング 三国ヨットハーバー セーリング 前半10:00~11:00 後半11:00~12:00					
6年 ◇競技体験	5月17日(土)	各競技拠点	坂井高校 ウェイトリフティング場 9:00~10:30 ウェイトリフティング		福井県立艇庫(久天子湖) 14:00~17:00 ローイング			
5年 ◆クロス	5月17日(土) 13:00~15:00	各競技拠点	◆クロストレーニング 福井県立ホッケー場 ホッケー					
5年	5月24日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	集団スキル① Bring Up Athletic Society コーチ		メンタルトレーニング① テスト返却	振り返り		
6年			メンタルトレーニング① テスト返却 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		集団スキル① Bring Up Athletic Society コーチ		本格的な競技体験の 話	
6年 ◇競技体験	5月31日(土)	各競技拠点	三国サンセットビーチ 9:00~10:30 セーリング		県立アーチェリー・クライミングセンター 14:00~17:00 アーチェリー 前半14:00~15:30 後半15:30~17:00			
6年 ◇競技体験	6月7日(土)	各競技拠点	福井県立ホッケー場 9:00~11:00 ホッケー		福井競輪場 15:15~17:00 自転車			
6年 ◇競技体験	6月8日(日)	各競技拠点	県立アーチェリー・クライミングセンター 9:00~12:00 スポーツクライミング 前半 9:00~10:30 後半 10:30~12:00		本格的競技 体験予備日 14:00~17:00			
5年	6月14日(土) 17:00~20:00	中小企業産業大学	コーディネーショントレーニング① 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)		メンタルトレーニング②	振り返り		
6年			6年生三者面談	メンタルトレーニング② 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)			コーディネーショントレーニング①	6年 三者面談 16:00~
	7月6日(日) 10:00~15:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	合同競技体験会					
5年	7月26日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	メンタルトレーニング③ 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		コーディネーショントレーニング②	振り返り		
6年			コーディネーショントレーニング② 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)		メンタルトレーニング③		振り返り	
5年	8月9日(土) 17:00~20:00	中小企業産業大学	アンチドーピング ※親子参加 鳴瀬 碧(福井県スポーツ医・科学委員)仁愛大学		ファンクショナルトレーニング①	振り返り	スポーツ栄養学 5年18:35~19:45	
6年			ファンクショナルトレーニング① 福井県スポーツ医・科学(福井大学)		性とアスリート ※親子参加		振り返り	スポーツ栄養学 6年17:15~18:25
5年 ◆クロス	8月10日(日) 9:00~12:15	各競技拠点	◆クロストレーニング 福井県立艇庫(久天子湖) ローイング 前半 9:00~10:30 後半 10:45~12:15					
5年 ◆クロス	8月30日(土) 15:00~17:40	各競技拠点	◆クロストレーニング 福井競輪場 自転車 前半 15:00~16:10 後半 16:30~17:40					
5年	9月6日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	スポーツ栄養学① 碓 麻菜(福井県医・科学委員・公認スポーツ栄養士)		コーディネーショントレーニング③	振り返り	メンタルトレーニング 5年18:35~19:45	
6年			コーディネーショントレーニング③ 平井 博史(ハドル・スポーツクラブ)		スポーツ栄養学①		振り返り	メンタルトレーニング 6年17:15~18:25
5年 ◆クロス	10月25日(土) 17:00~20:00	福井市体育館	◆クロストレーニング (交代で実施)				振り返り	
6年			ウェイトリフティング	レスリング		メンタルトレーニング④		振り返り
5年 ◆クロス	11月8日(土) 14:00~17:00	各競技拠点	◆クロストレーニング (交代で実施) 県立アーチェリー・クライミングセンター スポーツクライミング					
	11月22日(土) 13:00~16:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	選考会					
5年	17:00~20:00		ファンクショナルトレーニング(体カテスト) 福井県スポーツ医・科学(福井大学)			心理テスト		
6年						鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		
	11月23日(日) 13:00~16:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	選考会					
5年	12月6日(土) 予定 17:00~20:00	ユニアイふくい(予定)	スポーツ栄養学② 調理実習 碓 麻菜(福井県医・科学委員・公認スポーツ栄養士)				振り返り	
5年 ◆クロス	12月13日(土) 15:00~19:15	中小企業産業大学	ディスカッション (15:00~16:30) 福井ゆかりのトップアスリート(4人を予定)		◆クロストレーニング (交代で実施) フェンシング		メンタルトレーニング 5年16:40~19:10	
6年					ボクシング			
6年	12月20日(土)~ 21日(日) 予定	東京	ナショナルトレーニングセンターでの体験学習					
5年	1月17日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	メンタルトレーニング(④テスト返却) 鮫嶋 優樹(メンタルトレーナー)		集団スキル②	振り返り		
6年			Bring Up Athletic Society コーチ		メンタルトレーニング(⑤テスト返却)		振り返り	
6年	2月7日(土) 17:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	ファンクショナルトレーニング③ 体カテスト返却 福井県スポーツ医・科学(福井大学)		開講式	振り返り		
5年	2月21日(土) 16:00~20:00	セーレン・ドリームアリーナ (福井県営体育館)	競技を知らう 全競技(16:20~18:30) 競技団体		三者面談(18:35~20:00)		振り返り	