

## 2019年度 ビッグマンキャンプ タイムスケジュール

開催場所：大東文化大学東松山キャンパス

開催日時：12月21日（土）11:00～17:30

12月22日（日）9:30～17:30

主催：一般社団法人関東大学バスケットボール連盟 育成部、医科学部

協賛：大東文化大学 ヤング商事（株）

12月21日（土）

10:30 体育館集合

10:45 スタッフミーティング@体育館

11:00 医科学部による体力測定

12:30 昼食@食堂

14:30～16:30 スキルアップⅠ

題目 「大学ビッグマンに必要なオフェンス・スキルⅠ」

講師 吉岡 修平（早稲田大学 HC）

16:30～17:30 フィジカルトレーニングの実践Ⅰ

講師 （一社）関東大学バスケットボール連盟 医科学部

※スキルアップⅠ＋フィジカルトレーニングの実践Ⅰが講習対象となります。

18:30 夕食@食堂

12月22日(日)

7:30 朝食@食堂

9:00 体育館集合

9:15 スタッフミーティング@体育館

9:20 全体ミーティング

9:30~11:30 **スキルアップⅡ**

題目 「大学ビッグマンに必要なオフェンス・スキルⅡ」

講師 吉岡 修平 (早稲田大学 HC)

11:30~12:30 **講義 I**

題目 「大学バスケットボールに必要なコンディショニング知識」

講師 (一社) 関東大学バスケットボール連盟 医科学部

※スキルアップⅡ+講義Ⅰが講習対象となります。

13:00 昼食@食堂

14:30~16:30 **スキルアップⅢ**

題目 「大学ビッグマンに必要なオフェンス・スキルⅢ」

講師 吉岡 修平 (早稲田大学 HC)

16:30~17:30 **フィジカルトレーニングの実践Ⅱ**

講師 (一社) 関東大学バスケットボール連盟 医科学部

※スキルアップⅢ+フィジカルトレーニングの実践Ⅱが講習対象となります。

17:30 全体ミーティング

18:00 夕食@食堂

食後解散