

令和6年度タレント育成能力開発プログラム②（1期生）

1 開催日時	令和6年6月15日（土） 9時00分～12時00分
2 開催場所	県立スポーツセンター スポーツアリーナ2 メインフロア
3 参加者	かながわジュニアスターズ 1期生 22名（28名在籍）
4 実施内容	<p>競技スポーツ体験プログラム 「ラクロス」</p> <p>講師 日本ラクロス協会 6名</p> <p>佐藤 壮 （2017年女子日本代表ヘッドコーチ）</p> <p>内田 妃那（2024年女子日本代表）</p> <p>山根 萌奈（2024年女子日本代表）</p> <p>箱崎 蒼太（2023年男子日本代表）</p> <p>佐野 清 （2023年男子日本代表）</p> <p>古谷 太一（日本ラクロス協会理事）</p> <p>① SAQ トレーニング</p> <p>○ラクロスのオフENSE・ディフェンスの動きを基本としたトレーニングを行った。</p>  <p>② ラクロスの基礎トレーニング</p> <p>○クロスを使い、パス・キャッチのトレーニングを行った。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パスをする際は、ボトム（クロスの持ち手部分）を投げる方向へ向けることや、顔の近くへ投げることを意識するようアドバイスがあった。 

③ ミニゲーム

4チームに分かれ、5分ずつのミニゲームを行い、順位を競った。
優勝チーム及び各チームから選抜された選手で構成されたチームは、コーチチームとミニゲームを行った。



集合写真

