

## 第4回ソフトテニストレーナー研修会プログラム

2022年2月27日(日) 13:00～17:00 @オンライン

時間	研修内容
13:00～	ソフトテニスにおける体力とフィールドテストの活用 (ナショナル・アンダーチームの取り組み)
	【ディスカッション】
13:30～	1. フィールドテストの現場での活用 2. トレーニングと技術の融合
14:30～	ソフトテニス選手に求められる食事と栄養
	【グループディスカッション】
15:30～	※参加者も交えたディスカッション ソフトテニスにおけるトレーナーサポート