



# U12ラグビープログラム

## アピールポイント

基本プレーの徹底とその応用を目指し、段階的メニューでステップアップを図ります。

## 募集要領

- 対象  
小学3年生～6年生
- 定員  
募集人数10名  
※先着順とさせていただきます。
- 練習日時  
毎週水曜日  
17時20分～18時50分  
(90分)
- 会場  
川西運動場
- 会費  
11,880円(10回/1期分)
- 諸費  
スポーツ安全保険料 800円/年  
※実費負担とさせていただきます。
- 服装  
運動着・スパイクシューズ・ヘッドキ  
ャップ・マウスガード
- 申込受付  
随時受付(期中からのご入会も可能です)  
入会をご希望の方は、お問合せ先までご連絡  
ください。

## — コーチプロフィール —

**木下 哲**  
JRFU育成コーチ・日体協公認ラグビー指導員  
みんなでエンジョイ!!!

**村上 雄紀**  
日本SAQ協会認定レベル2インストラクター  
SAQトレーニングで楽しく、運動能力をアップ  
しよう!!!

## プログラム

- 年間目標
  - ・コミュニケーション能力を高めます。
  - ・発育過程に合わせた身体能力を開発。
- 期間目標  
第1期から4期まで一貫して基本トレーニングの中に視野や判断といった感覚的要素を落とし込み、自立したプレーヤーになる為の準備を行います。
- 毎回の目標
  - ・規律を重んじます。
  - ・自分で考える。
  - ・エンジョイ

## そ の 他

練習の中止決定の判断について

中止決定については、気象庁の天気予報を基に、次のように判断します。

雨天や荒天時は、練習開始1時間前とし、

雨天中止情報はホームページにて掲載します。

## お問合せ先

TEL/FAX : 0797-38-3989

特定非営利活動法人芦屋市体育協会