

中部電力本店ラグビー部と名古屋ラグビースクールの交流会スケジュール

1 日 時 平成24年4月22日(日) 13:00~15:00

指導員集合(12:30)

2 場 所 中部電力 日進総合運動場ラグビー場

(愛知県日進市米野木町南山 840-1)

3 スケジュール

(1) 開会あいさつ 中部電力本店ラグビー部 松田主将

13:00~ 名古屋ラグビースクール 曾根原校長

(2) 準備体操

13:10~

(3) 各学年に別れて練習

13:15~

(4年生以上は中電スタッフが主導、3年生以下は名古屋ラグビースクール指導員が主導し練習メニューを組み立てる。)

学年	メニュー
中学生(15人)	・ウォーミングアップ(15分) ・ハンドリングスキル(15分) ・タックル(15分) ・コンタクト(15分) ・アタック・ディフェンス・ゲーム
6年生(20人)	・同上
5年生(20人)	・同上
4年生(15人)	・同上
3年生(15人)	・ウォーミングアップ(15分) ボール回し等 ・ランニング(15分) 競争 ・ハンドリングスキル(15分) ・コンタクト(15分) ・ボール取り合い(15分) ・ゲーム
2年生(15人)	・同上
1年生(10人)	・同上

(4) 閉会あいさつ

14:55~

(5) 終了

15:00

以上