

駒場学園高等学校 アメリカンフットボール部

第1回 体験入部のお知らせ



- 1 日時** 第 1回：2022年 7月 31日 (日) 10:00 ~ 11:45
- 2 集合場所** : 本校 人工芝グラウンド
- 3 日程** : 受付 9:20 ~ 9:50
体験入部 10:00 ~ 11:45
- 4 持ち物** : トレーニングウェア、アップシューズ(金具のついたスパイク禁止)、マイタオル・マイボトル

5 体験内容	① ダイナミックストレッチ	身体を大きく使い、いろいろな動きをウォーミングアップ
	② ラダー & ミニハードル	俊敏性を鍛えるスピードトレーニング、足を細かく早く動かすドリル
	③ キャッチボール	まずはボール慣れてみよう
	④ パスルート	実際に試合で使うパスルートで中学生同士、パスを決めてみよう
	⑤ タックル体験	ハンドダミーなどにタックルを体験してみよう
	⑥ フィールドゴール	キックもアメリカンフットボールの醍醐味のひとつ、体験してみよう

アメフト 初心者大歓迎！！

- 6 問い合わせ** 駒場学園高等学校 アメリカンフットボール部
顧問・監督 信田 潤一
顧問 メルウィン ウィリアムズ

〒155-0032 東京都世田谷区代沢 1-23-8

TEL: 03-3413-5561 FAX: 03-3795-9068

E-Mail: j.nobuta@komabagakuen.ac.jp



(サイトアドレス : <http://mirai-compass.net/usr/komabagh/event/evtIndex.jsf>)

- * 第1回 7月27日(水)締切
- * 定員20名を予定。
- * 本申込書の個人情報、本学園「個人情報保護方針」に従い適正に管理し、体験入部以外には使用いたしません。
- * 体験入部中の怪我に備え、本校で傷害保険に加入いたします。
- * 新型コロナウイルス感染防止対策として、以下 ① ~ ⑥ の注意事項をよくお読みになってください。
- ① 当日、朝の検温で37.0℃を超える発熱の場合は参加を見合わせてください。
- ② 保護者の体験会へのご参加は1名でお願いします。
- ③ 入校時に、非接触型体温計にて検温 及び 手指の消毒をお願いします。
* 検温の結果37.0℃を超える発熱の場合は参加できません。
- ④ マイボトル・マイタオルの持参をお願いします。
- ⑤ 練習中は熱中症のリスクを考慮しマスクに関しては適宜着用としてください。
- ⑥ マイボトル・マイタオルの持参をお願いします。
* 水・麦茶・スポーツドリンクに関しては補充可能です。
- * 新型コロナウイルス感染症の状況により中止や延期の場合もあります。