

令和7年度タレント育成能力開発プログラム①（3期生）

1 開催日時	令和7年5月18日（日）9時00分～12時00分
2 開催場所	アサンテ スポーツパーク（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 3期生 39名（在籍50名）
4 実施内容	身体能力開発プログラム「SAQトレーニング」 競技スポーツ体験プログラム「ラクロス」 講師 日本ラクロス協会 8名 佐藤 壮 氏（2017年女子日本代表ヘッドコーチ） 古谷 太一 氏（日本ラクロス協会理事） 内田 妃那 氏（2025・2026年女子日本代表） 小林 千沙 氏（2025・2026年女子日本代表） 山根 萌奈 氏（2025・2026年女子日本代表 練習生） 齊藤 昭輝 氏（2025年男子日本代表） 岡本 峰於 氏（2025年男子日本代表） 佐野 清 氏（2023年男子日本代表）  ① SAQ トレーニング ○ボール集めゲーム ・自分の陣地にボールを素早く集める  

② ラクロスの基礎トレーニング

○パス・キャッチのトレーニング

- ・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
- ・顔の近くを狙って投げる



○シュート練習



③ ラクロスのミニゲーム

- ・6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。
- ・優勝チームはコーチチームとのミニゲームを行った。



集合写真

