

7日ソ連発第186号

令和7年8月6日

都道府県連盟理事長 各位

(公財)日本ソフトテニス連盟
専務理事 佐藤健



令和7年度競技者育成プログラム Step-3 参加選手対象の事前学習用動画に関する配信について(連絡)

平素よりソフトテニスの普及・振興にご尽力いただきありがとうございます。

例年、全国8ブロックの会場では参集にて本連盟の強化委員・トレーナー一部会員が講師となり「選手としての心構え」などの座学講義をしております。事前に学習することで現場での活動がスムーズになるという効果が得られましたので今年度も引き続き実施することといたします。

つきましては、Step-3 検定会に参加する前に、指導者や選手の皆様に視聴していただくように貴連盟から関係各位にご案内して頂きますようお願いいたします。なお、ご質問等がございましたら下記担当者までお願いいたします。

記

①『全日本チームの方針を知る』(強化委員会)⇒ 動画視聴

☆視聴方法 日本ソフトテニス連盟 YouTube 公式チャンネル

動画サイト: <https://www.youtube.com/watch?v=zpeVcz5G854>

*動画は9月4日(木)15時までの限定公開です。

②『ウォームアップ、クーリングダウン』(トレーナー部会)⇒ 事前学習と回答

☆HPに掲載してある「コンディショニングバイブル (PDF)」を読み、下記QRコードより課題について回答して下さい。



← QRコード

※事前に出来ていない選手はSTEP-3 会場集合時に必ず役員に伝え、配布の「STEP-3 コンディショニングバイブル」から「解答用紙もしくはQRコード」から回答すること。

お問い合わせ
(公財)日本ソフトテニス連盟
担当 大八木洋子
TEL: 03-6417-1654
Email: ohyagi@jsta.or.jp