

2021年度 U14ナショナル育成キャンプ レクチャーセッション(男子)

1回目: 11/19~21

11/19・PM	メニュー	YouTube
1-1-Lecture 1-1	Japan's Way	 https://youtu.be/uecB3KmjQrl
1-1-Lecture 1-2	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/wLgm0tvDsxY
1-1-Lecture 1-3	シューティングプロジェクト講習	 https://youtu.be/D-HeQ9Q0HN8
1-1-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/nDqFL00As04
11/20・AM		
1-2-Lecture 2-1	動きのチェックリスト	 https://youtu.be/5INTC_Jidyl
11/20・PM		
1-3-Lecture 3	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/BjECQjGpNsE
1-3-Lecture 4	マインドセット	 https://youtu.be/i8v7VQF4qRU
11/21・AM		
1-4-Lecture 5-1	栄養講習	 https://youtu.be/0jxF2-woo3o
1-4-Lecture 5-2	コーチ講習	 https://youtu.be/LmKEkQ6s-Dw
1-4-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/DO_IQaH2nAk
2回目: 12/10~12		
12/10・PM		
2-1-Lecture 1-1	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/G2aYQ58rQE8
2-1-Lecture 1-2	シュート講習	 https://youtu.be/KwPgx8X5F7M
2-1-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/a7YLXtsgx8k
2-1-5-1	3x3	 https://youtu.be/MONUrnfr2rl
12/11・AM		
2-2-Lecture 2	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/B0kxIz4ckck
2-2-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/zN0ssMvn1q0
12/11・PM		
2-3-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/tX74lVq5fWs
11/12・AM		
2-4-Lecture 4	キャンプメッセージ	 https://youtu.be/q8x0IU4oU_E
2-4-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/2YX7DNMr210
2-4-2-1	キャンプ内容確認	 https://youtu.be/ZdRtZ9EFKfc
2-4-4-2	ハーフコートオフENSEス振り返り	 https://youtu.be/ywm9E8CSUmE
2-4	閉会式	 https://youtu.be/o41BYDn-7sE

2021年度 U15ナショナル育成キャンプ レクチャーセッション(男子)

1回目: 11/26~28

11/26・PM	メニュー	YouTube
1-1-Lecture 1-1	シューティングプロジェクト講習	 https://youtu.be/oXk-tgYxsnA
1-1-Lecture 1-2	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/l27NiUVw8QE
1-1-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/z_rgeQxQP8k
11/27・AM		
1-2-Lecture 2-1	Japan's Pride インテグリティ講習	 https://youtu.be/0xNQNU0i2Kg
1-2-Lecture 2-2	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/joPLyL64uC0
1-2-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/2JYS3sX4fe4
11/27・PM		
1-3-Lecture 3-1	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/J41E5DaPNN0
1-3-Lecture 3-2	スケッチボールIQ・マインドセット	 https://youtu.be/6entJh1anWA
1-3-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/jvTvJzYdgMM
11/28・AM		
1-4-Lecture 4-1	クールダウン	 https://youtu.be/r0W9gTZLSMc
1-4-Lecture 4-2	栄養講習	 https://youtu.be/7h2VUDC2pXI
1-4-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/9CfclaQCfLY
2回目: 12/17~19		
12/17・PM		
2-1-Lecture 1-1	身体についての講習	 https://youtu.be/zAGRNvVkbNg
2-1-Lecture 1-2	シュートフォーム講習	 https://youtu.be/ZqEnoRY6kOM
2-1-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/g-pY27mpZPE
12/18・AM		
2-2-Lecture 2-1	身体についての講習	 https://youtu.be/0j-x31ZLZ1Q
2-2-1-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/vQ37GmPvhU4
12/18・PM		
2-3-Lecture 3-1	栄養講習	 https://youtu.be/3GKuy0tUAoc
2-3-Lecture 3-2	スポーツパフォーマンストレーニング	 https://youtu.be/QmSMyyVgpA4
2-3-2-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/WAVXF5nCrzM
12/19・AM		
2-4-Lecture 4-1	キャンプメッセージ	 https://youtu.be/SQpul8ZMuWw
2-4-1-1	昨日のゲーム振り返り	 https://youtu.be/GXjuC6WLvq4
2-4-2-1	ウォームアップ	 https://youtu.be/aEDbLeCdYkg