

日 程 表 (予 定)

13:00	～	13:30	受付
13:30	～	13:40	開講式
13:40	～	14:10	ウォーミングアップ・ストレッチ
14:20	～	15:00	パス・レシーブ・アタックの基本的技術
15:10	～	15:40	中学生をモデルに、ローテーションとポジショナル・フォールトの講義
15:40	～	16:30	乱打形式で、ローテーション、ポジショナル・フォールトの指導
16:30	～		閉講式 及び 片付け

コート設営と使用球

ネットの高さ	2m15cm(中学女子) 2面 2m30cm(中学男子) 1面
コートの広さ	9m × 18m
ボール	軽量4号球(小学生用) 後半からは、一部、一般4号球も使用
設営コート	3面(審判台、得点板も設置)