

# 令和4年度青森県U12強化事業兼リフレッシュ研修会要項

- 1 目的 (1) 2026 青森国スポに向けたターゲットエイジの強化  
(2) 県内 JBA 公認コーチライセンス取得者のリフレッシュ研修
- 2 日時 令和5年3月19日(日) 9:00~16:20
- 3 場所 青森市立古川中学校体育館  
〒038-0013 青森市久須志2丁目9-1
- 4 日程

8:30	受付
9:00	開講式
9:10~12:00	クリニック①
12:00~13:00	昼休憩
13:00~16:00	クリニック②
16:00~16:10	質疑応答
16:10	閉講式
- 5 講師 今倉 定男 (いまくら さだお) 氏  
JBA 公認 B 級コーチ  
筑波大学卒・高知県立春野高等学校教諭  
ナチュラルパーフェクトシュート®を提唱し、クリニック活動や DVD 発売によりワンハンドシュートの普及に努めている。ナチュラルパーフェクトシュート®を採用しているチームは約6年前より、ミニバスから大学・一般カテゴリまで全国すべての年代、また男女を問わず増加してきており、2022年度は相模女子大学中等部の全国ベスト4が最高成績であった。個人ワークアウトとしても、米国でプレイしている選手たちを中心に、日本代表選手、Bリーグ選手、Wリーグ選手など多岐にわたりナチュラルパーフェクトシュート®理論を実践し活躍している。
- 6 参加者 (1) U12 小学6年生女子選抜 30名(選抜された者は当協会から連絡)  
(2) JBA 公認コーチライセンス D 級以上取得者先着 50名  
(3) JBA 公認コーチライセンス E 級取得者で見学を希望する者
- 7 参加料 (1) 選抜選手は徴収しない。保険料は当方で負担する。(交通費は自己負担とする。)  
(2) リフレッシュ研修参加者及び E 級コーチ希望者は受講料 2000 円とし、当日徴収する。
- 8 申込方法 (1) U12 選抜選手は下記グーグルフォームから申し込む。  
<https://forms.gle/VfJqrLEduvhx88m2A>  
申込期間 3月3日(金) 9:00~3月10日(金) 13:00 (キャンセル期間同)

(2) リフレッシュ研修参加者は下記 Google フォームから申込み。

<https://forms.gle/exmpYTChQrpsnD8R7>

申込期間 3月6日(月)9:00~3月15日(水)17:00(キャンセル期間同)



U12 強化事業参加者 QR コード



リフレッシュ研修会 QR コード

## 9 その他

- (1) 別紙1【新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドライン】を熟読の上参加すること。  
また、参加者は会場においても、手洗い・マスク着用等適切な感染対策をとること。
- (2) 別紙2【健康チェックシート】を記入し当日受付に提出すること。なお、当日の健康状態(体温・体調等)によっては参加を許可しないことがある。また、当日、発熱・体調不良がある場合は参加を見合わせる。
- (3) 本研修会はコーチライセンス取得者リフレッシュ研修2ポイント対象となり、研修後はレポート提出が必要となる。
  - ◆ レポート用紙は下記リンクからダウンロードすること  
<http://aomori.japanbasketball.jp/leader/workshop>
  - ◆ レポート提出方法：メールまたは郵送  
メールでの提出先：[aomoribasketball1948@gmail.com](mailto:aomoribasketball1948@gmail.com)  
件名に【リフレッシュ研修レポート提出】とご記入ください。
  - ◆ 郵送での提出先  
〒038-0012 青森市柳川 1-4-1 青森港旅客船ターミナルビル  
一般財団法人青森県バスケットボール協会【リフレッシュ研修レポート提出】係
  - ◆ レポート提出期日：3月24日(金)17:00(郵送の場合は必着)
- (4) D級以上のライセンス更新するためにはリフレッシュポイントが必要となる。詳細はJBAホームページを確認すること。
- (5) E級コーチ受講希望者は、青森県バスケットボール協会まで、氏名・コーチID・ライセンスを明記しメールで申込みこと。
- (6) ビデオ撮影等の禁止
- (7) 内履き持参のこと
- (8) 校地内全面禁煙
- (9) 駐車場が狭いことからできるだけ乗り合わせる。
- (10) 保護者はギャラリーのみの観覧とする

### 問い合わせ先

青森県バスケットボール協会 専務理事 荒谷修平 TEL: 090-3640-8823

Eメール: [aomoribasketball1948@gmail.com](mailto:aomoribasketball1948@gmail.com)