

実施単位	回	日 程	会 場	参加者人数	主 な 講 習 内 容	特記事項
U12男子	1	2020年10月4日(日)13:00～16:00	湯浅スポーツセンター	19	トレーニング(Tr:体幹・フットワーク)/ドリブル/シグナルパス/シュート(オーバー・レイアップ・リアクション)	
	2	年10月25日(日)13:00～16:00	湯浅スポーツセンター	19	Tr/ドリブル/パス/1on1(ドライブ・レイアップ・ステップバック)/パスカット/3on3/スクリメージ	
	3	年11月3日(火)13:00～16:00	湯浅スポーツセンター	20	Tr/1on1(Uプランコ・オールコート・45°)/3線連攻(ディフェンスなし・あり)/3on3/スクリメージ	
U12女子	1	2020年10月4日(日)9:00～12:00	湯浅スポーツセンター	19	トレーニング(Tr:体幹・フットワーク)/ドリブル/シグナルパス/シュート(オーバー・レイアップ・リアクション)	
	2	年10月25日(日)9:00～12:00	湯浅スポーツセンター	19	Tr/コーディネーション/ドリブル/パス/1on1(マイカン・ジャブ・ストレイト・ライヴ・ブロックショット・クロズアウト)/パス&カット/3on3	
	3	年11月3日(火)9:00～12:00	湯浅スポーツセンター	20	Tr/2ボールドリブル/1on1/ムビング・キャッチ&ショット/3on3/リバウンド・ドリブル・パス/スクリメージ	
U14男子 [和歌山市]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	河北中学校体育館	74	トレーニング/フットワーク/ボールハンドリング/ドリブル/シュートドリル/1on1(ハーフコート)/スクリメージ	
	2	年12月13日(日)9:00～12:00	紀伊中学校体育館	19	トレーニング/ボールハンドリング/ドリブル/シュートドリル/1on1(オールコート)/2on2(オールコート)/スクリメージ	
	4	年3月20日(日)9:00～12:00	紀伊中学校体育館	13	ストレッチ/トレーニング/フットワーク/シュートドリル/1on1(ハーフコート)/3対2ラリー/スクリメージ	
U14男子 [紀北]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	粉河中学校体育館	26	トレーニング/コーディネーション/シュート/1on1オフェンス/パス(スペーシング)/トランジション/スクリメージ	
	2	年12月6日(日)9:00～12:00	粉河中学校体育館	18	トレーニング/コーディネーション/シュート/1on1オフェンス/パス(スペーシング)/ディフェンス/トランジション/スクリメージ	
	5	年3月21日(日)9:00～12:00	粉河中学校体育館	14	コーディネーション/シュート/1on1オフェンス(7ヶ所)/スペーシング/トランジション/ディフェンス/スクリメージ	
U14男子 [中紀]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	吉備中学校体育館	31	コーディネーション(パス・リアクション・リズム・ディフェンシブ・アタック・ディフェンシブ等)/シュートドリル(ドライブ・コロシアム)/スクリメージ	
U14男子 [紀南]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	田辺スポーツパーク体育館	48	アジリティードリル/オールコート1on1/オールコート2on2(ドリブルなし)/スクリメージ	
	2	年12月13日(日)13:30～16:30	高雄中学校体育館	19	フットワーク/オールコート1on1・2on2(ドリブルなし)・3on3(ドリブルなし)/ハーフコート3on2(ドリブルなし・あり)/トランジション/スクリメージ	
U14女子 [和歌山市]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	河北中学校体育館	37	トレーニング/フットワーク/ボールハンドリング/ドリブル/シュートドリル/1on1(ハーフコート)/スクリメージ	
U14女子 [紀北]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	粉河中学校体育館	20	ハンドリング・コーディネーション/アジリティ/シュート(ジャブ・シュート・ドライブ・フィニッシュ・リル・3P)/フルコート1on1/2on2ラリー/ドリル32	
	2	年12月6日(日)9:00～12:00	粉河中学校体育館	18	ハンドリング・コーディネーション/アジリティ/シュート(ジャブ・シュート・ドライブ・フィニッシュ・リル・3P)/ディフェンシブフットワーク/クロスアウト1on1/合わせドリル43	
	5	年3月21日(日)9:00～12:00	粉河中学校体育館	14	ハンドリング・コーディネーション/シュート(ドライブ・フィニッシュ・リル・FT・3P)/ディフェンシブフットワーク/合わせ/たて割1on1/ラリー2対2/ドリル32/スクリメージ	
U14女子 [中紀]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	吉備中学校体育館	23	コーディネーション(パス・リアクション・リズム・ディフェンシブ・アタック・ディフェンシブ等)/シュートドリル(ドライブ・コロシアム)/スクリメージ	
U14女子 [紀南]	1	2020年11月15日(日)9:00～12:00	田辺スポーツパーク体育館	32	フットワーク/オールコート1on1/カットインシュート/スリーメン/スクリメージ	
	2	年12月13日(日)13:30～16:30	高雄中学校体育館	20	フットワーク/ドリブルチェンジ/ドリブルシュート/オールコート1on1/2on1/2on2トランディション/スクリメージ	
U16男子	1	2020年9月19日(土)9:30～12:30	和歌山北高校西校舎体育館	30	ドライブの姿勢/シュートドリル(7ステップ・70ター)/ハーフコート3対3/パス&キャッチ/オールコート2対2/シュートフォーム	
	2	年11月14日(土)13:30～16:30	和歌山北高校西校舎体育館	24	フットワーク/ミートドライブ/シュートドリル/ハーフコート1on1/トランジション4on4/トレーニング(股関節の動かし方)	
	3	年12月5日(土)13:30～16:30	和歌山北高校西校舎体育館	18	コタ外トレーニング/ドリブル(2ボール・70ター・インサイドアウト等)/フルコート2メン/ドリブルなしフルコート3対3/正しいダウンの仕方	トレーナー指導有り
	5	年3月14日(日)9:00～12:00	和歌山東高校体育館	14	ボールハンドリング/シュートドリル/ディフェンシブフットワーク/ハーフコート1on1/2対2バック&フォワードの攻防/アウトパス・2対1・3対2/トランジション4対4	
U16女子	1	2020年9月12日(土)13:30～16:30	紀陽研修センタービル	30	ドリブルワーク/オールコート2対2のパス&ラン練習/ハーフコート2メンシュート/ハーフコート2対2	
	2	年10月10日(土)13:30～16:30	和歌山市立和歌山高校体育館	22	ドリブルワーク/シュートドリル/シュートフィニッシュドリル/1on1/トランジション	
	3	年11月21日(土)13:30～16:30	那賀高校体育館	20	ドリブルワーク/リバウンドからの速攻/シュートドリル/トランジション/スクリメージ	
	5	年3月20日(土)13:30～16:30	湯浅スポーツセンター	24	コーディネーション/ドリブルワーク/1on1/パッシング・ドリル/トランジション/スクリメージ/ストレッチ	トレーナー指導有り

※欠番になっている回は新型コロナウイルス感染再拡大により中止といたしました



スポーツくら

toto **BIG**

2020年度和歌山県育成センター事業は
スポーツ振興くじ助成金を受けて実施されています