カヌーホームオンラインアカデミー2022　募集要項

令和４年4月3日(日)

このたび、オンラインアカデミーの２年目を開講します。
昨年に引き続き、オンライン上での講義や質疑応答を中心に、カヌースプリントの競技力向上・指導力向上の場を作ります。指導方法で悩んでいるポイントがある、体系的にカヌースプリントの競技力向上について学びたい、という方たちのご参加をお待ちしています。

■コース

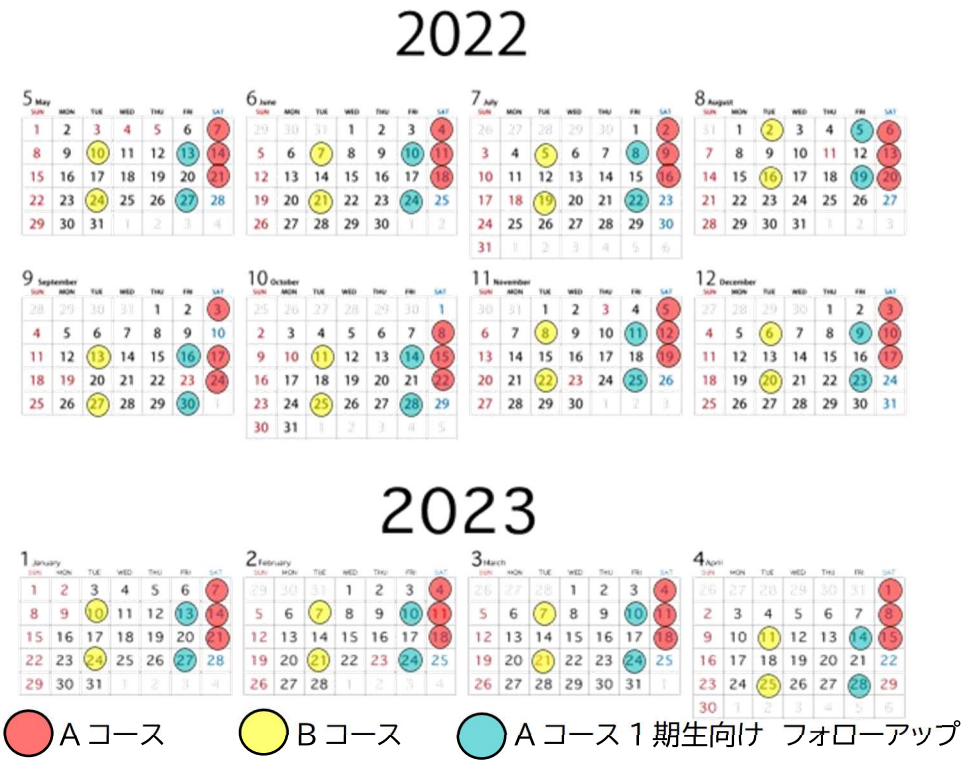
	Aコース　２期生 エキスパートコーチ養成コース	Bコース 質問&交流コース	Aコース　１期生向け フォローアップコース
日時	５月7日(土)～ ※月３回土曜日に実施	５月 11 日(火)～　隔週火曜日	５月６日(金)～ ※月２回金曜日に実施
時間	20-22 時　目安	20-21 時	21 時-
回数	全　36回	全 24 回	全 24 回
定員	３名(通年参加のみの受付となります)	8名(1 か月単位でご参加いただけます)	(昨年度の A コース参加者対象)
レベル	不問	不問	-
到達目標	国内トップレベル指導者	現在持っている疑問解消	国内トップレベル指導者
料金(※)	15,000 円(込)/月×12か月	3,000 円(込)/月	10,000 円(込)/月×12か月
オプション	・夏季と冬季に１泊２日の実技指導合宿を無償開催。(宿泊交通費は各自負担) ・1 年修了後、特別ハンドブックを贈呈 ・B コースの質疑応答集を贈呈	・ご参加月分の質疑応答集を贈呈	・夏季と冬季に１泊２日の実技指導合宿を無償開催。(宿泊交通費は各自負担) ・1 年修了後、特別ハンドブックを贈呈 ・B コースの質疑応答集を贈呈
お申込みフォーム URL と QR コード	https://forms.gle/YEEercKx4XKJmgKG6	https://forms.gle/xZK6ULrDF824oYTC7	

※料金は、年間一括払いの場合 10%オフ、カヌーホーム継続寄付会員の皆様は、年額寄付額分を割引いたします。

■お振込先　※応募確認後、お支払金額・期限を併せて、ご連絡いたします。

■締め切り　Aコース　2022年4月27日(水)23:59
Bコース　各月の1回目講習の前週金曜日　23:59

■年間カレンダー



■参加に関する注意事項

【Aコース】

・国内トップレベルの指導者になることを目標として参加していただくため、1 年間継続的なカリキュラムを作成しています。
・ご参加が決まった皆様の希望を調整して、定期実施を行う曜日を変更する場合があります。
・諸事情で、ご参加いただけなかった回に関しては、2 週間以内に振替授業を実施します。
・時間は目安として 2 時間設定していますが、疑問の解決までサポートします。
・特別講師を招いて、授業を実施します。
・Aコースの学習範囲は、Bコースの内容を網羅しています。

【Bコース】

・基本的に1か月(2回分)に対して1テーマを設定しています。
・そのため、気になるテーマの月に対して、月ごとのご応募をいただくことができます。

■カリキュラム内容

Aコース　2期生

5月7日	テクニック	パドルのコントロール
5月14日	テクニック	身体のコントロール
5月21日	テクニック	艇のコントロール
6月4日	テクニック	分析の方法
6月11日	バランス	陸上・水上で実施できること
6月18日	体力	期分け　基礎と応用
7月2日	体力	ツールの活用
7月9日	体力	エルゴについて
7月16日	体力	測定について
8月6日	メンタル	※特別講師
8月13日	メンタル	※特別講師
8月20日	メンタル	※特別講師
9月3日	プログラム作成と補助	※実際に自身の・チームの プログラムを作成する
9月17日	プログラム作成と補助	
9月24日	プログラム作成と補助	
※7月~10月にかけて、合宿を実施		
10月8日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
10月15日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
10月22日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
11月5日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
11月12日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
11月19日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
12月3日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
12月10日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
12月17日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
※12月~1月にかけて、合宿を実施		
1月7日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
1月14日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
1月21日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
2月4日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
2月11日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
2月18日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
3月4日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
3月11日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
3月18日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
4月1日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
4月8日	テスト準備	テストに向けた準備
4月15日	テスト	一年間の振り返りテストの実施

Bコース

Bコース　2回×12か月		
5月10日	講義	テクニック　パドルのコントロール
5月24日	質問	
6月7日	講義	テクニック　身体のコントロール
6月21日	質問	
7月5日	講義	テクニック　艇のコントロール
7月19日	質問	
8月2日	講義	テクニック　分析の方法
8月16日	質問	
9月13日	講義	バランス　陸上でできること
9月27日	質問	
10月11日	講義	バランス　水上でできること
10月25日	質問	
11月8日	講義	体力　期分けについて
11月22日	質問	
12月6日	講義	体力　ツールの活用
12月20日	質問	
1月10日	講義	体力　エルゴについて
1月24日	質問	
2月7日	講義	メンタル　選手への伝え方
2月21日	質問	
3月7日	講義	メンタル　デュアルキャリア
3月21日	質問	
4月11日	講義	メンタル　人間力について
4月25日	質問	

Aコース１期生向け　フォローアップ

5月13日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
5月27日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
6月10日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
6月24日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
7月8日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
7月22日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
8月5日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
8月19日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
9月16日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
9月30日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
※7月~10月にかけて、合宿を実施		
10月14日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
10月28日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
11月11日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
11月25日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
12月9日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
12月23日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
※12月~1月にかけて、合宿を実施		
1月13日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
1月27日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
2月10日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
2月24日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
3月10日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
3月24日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
4月14日	プログラムの実施と分析	プログラム作成と実施のフィードバック
4月28日	テスト	一年間の振り返りテストの実施

■お問い合わせ

ご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

info@canoehome.or.jp（担当　小又）