

R5 京都きっす共通プログラム年間予定

京都府競技力向上対策本部
令和5年5月30日現在

日	曜	プログラム	時間	場所	備考
4/8	土	認定証授与式	11:00～11:40	京都テルサ2階(セミナー室)	12期生(きっす、保護者)
		ファミリー(事務局連絡)	14:00～16:00		全保護者対象
		オリエンテーション	14:00～16:00		12期生(きっすのみ)
4/9	日	フィジカル	13:15～15:15	同志社大京田辺キャンパス	全学年(7～12期生)
4/13	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
4/29	土	コンディショニング(北部)	13:00～15:00	丹後緑風高校 久美浜学舎	北部きっす対象(南部きっす参加可)
5/11	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
5/21	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
		リサーチ	10:00～12:00 13:00～15:00 15:15～17:15		7期生・8期生 11期生・12期生 9期生・10期生
5/28	日	ファミリー	13:00～15:00	丸太町リハビリテーションクリニック	12期生保護者対象
		コンディショニング	18:00～20:00		島津アリーナ京都 第2競技場
6/8	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
		メディカルサポート	10:00～12:00		京都JAビル(105)
6/10	土	ファミリー	13:00～15:00	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
		フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30		京都JAビル(201)
7/2	日	インテレクチュアル	10:00～12:00 13:00～15:00	京都JAビル(201)	10～12期生 7～9期生
7/6	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
7/9	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	7～9期生 10～12期生
		コンディショニング	18:00～20:00		島津アリーナ京都 第2競技場
8/3	木	9期生栄養相談	16:00～20:00	島津アリーナ京都(第4会議室)	9期生きっす+保護者
		フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	7～9期生 10～12期生
8/6	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	7～9期生 10～12期生
8/26	土	トレーニングキャンプ	1泊2日	京都トレーニングセンター	11・12期生対象
8/27	日				
9/7	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
10/1	日	フィジカル(9月分)	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
10/5	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
10/29	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
11/3	金・祝	リサーチ	10:00～12:00 13:00～15:00 15:15～17:15	京都橘大学	9期生(男女)・10期生(男女)・11期生(女子) 12期生(男女)・11期生(男子) 7期生(男女)・8期生(男女)
		ファミリー	13:00～15:00		10期生(男子)・11期生(女子)+保護者 昨年度不参加↓ 9期生(男子)・10期生(女子)+保護者
11/9	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
11/18	土	国際経験プログラム	9:00～12:00	京都JAビル(105)	12期生
11/19	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
12/7	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
12/9	土	国際経験プログラム	1泊2日	筑波大学	10期生
12/10	日				
12/16	土	コンディショニング(北部)	13:00～15:00	東舞鶴高校 浮島分校	北部きっす対象(南部きっす参加可)
12/17	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
1/7	日	インテレクチュアル	10:00～12:00 13:00～15:00	京都JAビル(201)	10～12期生 7～9期生
1/11	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
1/21	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
2/8	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
2/18	日	インテレクチュアル	10:00～12:00	京都JAビル(201)	11・12期生
2/25	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生
3/3	日	フィジカル	13:15～15:15 15:30～17:30 15:30～	同志社大京田辺キャンパス	10～12期生 7～9期生 10期生きっす+保護者
		10期生面談			
3/7	木	コンディショニング	18:00～20:00	島津アリーナ京都 第2競技場	南部きっす対象
3/10	日	まとめプログラム	13:00～15:00(鞍馬)	京都ガーデンパレス	8～12期生
		ファミリー	13:30～15:00(橘)		7期生+保護者
		修了証授与式	16:00～17:00(葵)		7期生+保護者
3/16	土	コンディショニング(北部)	13:00～15:00	丹後緑風高校 久美浜学舎	北部きっす対象(南部きっす参加可)