

“ 아버의 청렴지수 가족의 행복지수 ”

대한육상경기연맹

수신자 각 소속장

(경유)

제목 2014년 청소년선수 하계합숙훈련에 따른 협조요청

1. 귀 소속의 무궁한 발전을 기원합니다.
2. 본 연맹과 문화체육관광부/대한체육회에서는 2014년 청소년선수 하계합숙훈련을 다음과 같이 실시하는 바, 귀 소속의 지도자/선수에 대하여 시간할애를 요청하오니 육상경기 발전을 위하여 승인하여 주시기 바랍니다.

— 다 음 —

- 가. 훈련기간 : 2014.8.2(토)-21(목), 20일간
- 나. 대상인원 : 37명(지도자 5, 선수 32)
- 다. 훈련장소 : 충북 보은군 종합운동장
- 라. 소집일시 : 2014.8.2(토) 15:00, 아람호텔(Tel:043-543-1854)
- 마. 시간할애 요청기간 : 2014.8.2(토) - 21(목), 20일간.
- 바. 참고사항 : 불참선수는 대한육련으로 통보하여 주시기 바랍니다.
(담당 송호윤 차장, 02-414-3033)

첨 부 : 청소년선수 명단 및 훈련계획서 1부. 끝.

(사)대한육상경기연맹회장



★차장 송호윤 사무국장 07/21 김돈순

협조자

시행 대한육상경기연맹-1446 (2014.07.21.) 접수 ()
우 138-220 서울시 송파구 잠실동 1번지 (종합운동장내) / http://www.kaaf.or.kr
전화 02)414-3032 /전송 02)414-7771 / kaaf@paran.com / 공개

2014 청소년선수 합숙훈련 사업계획서

1. 사업명 : 2014년 육상 청소년선수 하계합숙훈련

2. 사업내용

1) 기간 : 2014.8.2(토)~21(목) (20일간)

2) 훈련장소 및 숙박장소

* 훈련장소 : 충북 보은군 종합운동장

* 숙박장소 :

아람호텔(충북 보은군 속리산면 사내리 280, T:043-543-1854)

3) 소집일시 및 장소

소집일시	소집장소
2014.8.2(토) 15:00	아람호텔 (충북 보은군 속리산면 사내리 280, T:043-543-1854)

4) 훈련인원

세부종목	지도자	선 수			계	비 고
		남	여	소계		
단거리	1	4	4	8	9	
중장거리	1	4	4	8	9	
도약	1	4	4	8	9	
투척	1	4	4	8	9	
전담지도자	1	-	-	-	1	
계	5	16	16	32	37	

5) 훈련세부내용

▷ 중점훈련내용

- 기구훈련, 근력훈련, 기술훈련
- 선진기술 도입 훈련
- 스포츠과학 적용 훈련

▷ 일 과 표

시 간	내 용	시 간	내 용
06:20 - 30	기 상	15:00 - 17:30	오후훈련
06:30 - 07:30	새벽훈련	17:30 - 18:00	샤워 및 휴식
08:00 - 09:00	조 식	18:00 - 19:00	석 식
09:00 - 10:00	자율학습 및 휴식	19:30 까지	자유시간
10:00 - 12:00	오전훈련	19:40 - 20:20	훈련평가
12:00 - 13:00	중 식	20:30 - 22:00	영어회화/독서교육 자율학습/편지쓰기
13:00 - 14:30	자율학습 및 휴식	22:00	취 침

▷ 일자별 훈련계획

구 분	조 조	오 전	오 후	야 간
1일차			소 집	지도자 간담회
2일차	종목별훈련	초청강의	산악훈련:종목별	시청각 교육
3일차	종목별훈련	종목별훈련	기록회	개인학습
4일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	개인학습
5일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	시청각 교육
6일차	종목별훈련	종목별훈련	적극적 휴식	개인학습
7일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	종목별 평가회
8일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	개인학습
9일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	시청각 교육
10일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	개인학습
11일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	시청각
12일차	종목별훈련	종목별훈련	적극적 휴식	종목별 평가회
13일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	개인학습
14일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	개인학습
15일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	시청각 교육
16일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	개인학습
17일차	종목별훈련	종목별훈련	종목별훈련	개인학습
18일차	종목별훈련	종목별훈련	적극적 휴식	시청각 교육
19일차	종목별훈련	종목별훈련	기록회	종목별 평가회
20일차	종목별훈련	종목별훈련	귀 가	

6) 명단

- 지도자

순	성 명	소 속	종 목	비 고
1	정은경	행당중학교	총괄	전담지도자
2	연진희	송운중학교	단거리	
3	홍금자	강릉교육청	중장거리	
4	김상민	대전체육중학교	도약	
5	김종환	의성중학교	투척	

- 선 수

순번	종 목	시도	학 교	학년	성 명	성별	생년월일	비 고
1	단거리	경기	단원중학교	중3	안성재	남	99.02.05	
2	"	광주	비아중학교	중3	모일환	남	99.05.18	
3	"	경기	송운중학교	중3	김윤재	남	99.12.04	
4	"	울산	대현중학교	중3	김만제	남	99.05.10	
5	"	강원	석정여자중학교	중3	이은희	여	99.08.19	
6	"	경부	형곡중학교	중3	안경린	여	99.03.30	
7	"	경기	경기체육고등학교	고1	최현지	여	98.08.10	
8	"	경기	용인중학교	중3	배한나	여	99.05.17	
9	중장거리	울산	대현중학교	중3	윤성준	남	99.08.07	
10	"	전남	전남체육고등학교	고1	최재경	남	98.04.27	
11	(경보)	강원	경포중학교	중3	라경민	남	99.02.19	
12	(경보)	강원	경포중학교	중3	라경진	남	99.02.19	
13	중장거리	경기	철산중학교	중3	황봄이	여	99.04.25	
14	"	충북	충북체육고등학교	고1	강예진	여	98.08.16	
15	"	경북	의성여자중학교	중3	이유림	여	99.06.10	
16	(경보)	부산	주례여자중학교	중3	한채린	여	99.10.29	
17	도약	대전	삼천중학교	중3	김용원	남	99.03.07	
18	"	전북	이리공업고등학교	고1	김영빈	남	98.05.23	
19	"	경기	금파중학교	중3	오준영	남	99.04.23	
20	"	서울	월촌중학교	중3	김승준	남	99.04.20	
21	"	전남	전남체육고등학교	고1	성 현	여	98.03.11	
22	"	대전	삼천중학교	중3	유한솔	여	99.05.31	
23	"	서울	행당중학교	중3	박수빈	여	99.11.09	
24	"	서울	행당중학교	중3	황아현	여	99.05.11	
25	투척	경북	가천중학교	중3	김경훈	남	98.05.22	
26	"	강원	소달중학교	중3	황성상	남	99.06.25	
27	"	경북	삼성중학교	중3	김다니	남	99.06.28	
28	"	대전	대전체육중학교	중3	육진수	남	99.05.27	
29	"	경기	철산중학교	중3	김한빈	여	99.05.28	
30	"	경북	형곡중학교	중3	이채원	여	99.05.03	
31	"	광주	비아중학교	중3	박민아	여	99.07.03	
32	"	경기	경기체육고등학교	고1	정지혜	여	98.09.14	