

국외전지훈련 계획서(사전보고)

학교명	안성초등학교			종목	바이애슬론(초등 남녀)				
전지훈련 기간	2018.11.21. ~ 2018.12.08.			전지훈련 국가(장소)	일본 홋카이도 삿포로 아사이가와 경기장				
전지훈련 인원	지도교사	.			예산액	1인당 경비	1,921,000 (전액연맹부담)		
	지도자	3명 (박준범 양동희 김경환)				합 계	5,763,000 (전액연맹부담)		
	선수	3명 (박기범 이채승 정세은)							
전지훈련 목적	<ul style="list-style-type: none"> ■ 제 100회 동계체육대회 대비를 철저히 하여 경기력을 향상시키고자 함. ■ 해외설상전지훈련을 통한 균형 있는 신체발달과 기초체력, 스키 기본 기술을 연마함. 								
훈련내용 (구체적으로)			월	화	수	목	금	토	일
	오전		스트레칭 스키 밸런스 훈련						휴식
	오후		오르막 페이스훈련 / 스키 지속주 밸런스 훈련						휴식
	훈련 비중 (%)	체력	30	30	30	30	30	20	
		기술	60	60	60	60	60	40	
		정신	10	10	10	10	10	40	
출 발 일	2018. 11. 21.			도 착 일	2018. 12. 08.				
비상연락	박준범(+82-10-3163-5867) 양동희(+82-10-3890-6669) 김경환(+82-10-9484-7145)			현지숙소	일본 홋카이도 시로가네 파크힐즈 호텔				
위와 같이 학기 중 국외전지훈련을 실시하고자 합니다. <div style="text-align: right;"> 2018. 10. 16. 담당자 직 교사 성명 박 영 철 </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> 안성초등학교장 </div> <div style="text-align: left; margin-top: 10px;"> 전라북도교육감 귀하 </div>									

- ※ 초·중학교 : 교육지원청 각 과에 보고(출발 1개월 전)
- ※ 고등학교 : 도교육청 인성건강과에 보고(출발 1개월 전)
- ※ 학교홈페이지에 국외전지훈련 계획 탑재