

2024 유소년 우수스쿨 개최 계획(안)

□ 목 적

- 국가대표 선수들과의 합동 훈련으로 인한 동기부여
- 우수 공인 규격 훈련장에서 훈련함으로써 인한 경기력 상승 효과 기대
- 국가대표 선수들의 훈련 프로그램 수료 후 자긍심 고취

□ 개 요

- 주최 및 주관: 대한우슈협회
- 일 시: 2024년 8월 5일(월) ~ 2024년 8월 10일(토)/ 5박 6일
- 장 소: 충북체육고등학교, 충북스포츠센터
- 참여인원: 총원 20명(투로10명, 산타10명)

※(참여대상) 대한우슈협회에 전문체육선수로 등록 된 중, 고등학생 선수

○ 주요내용

- 국가대표 선수들의 프로그램 합동 훈련
- 세부종목 집중 훈련(세부종목으로 팀 만들기)
- 기술훈련 및 시합장과 훈련장에서의 멘탈 관리법 공유

○ 참가신청: 본회 메일 접수(kwa6382@daum.net)

- 신청기간: 2024년 7월 10일(수) ~ 7월 17일(수)
- 참 가 비: 900,000원(*숙식, 선수단이동차량, 간식, 단체피복, 보험 포함)
- 납부계좌: 수협은행 026-01-175325 사단법인 대한우슈협회
- 제출서류: 참가 신청서(본회 양식)

□ 세부계획

○ 참가자 지원

- 숙식제공(*청주 제이원호텔 / 식사: 국가대표팀 동일식사)
- 우수스쿨 기념 티셔츠 제공
- 수료증

○ 준비물

- 세면도구 등 개인용품
- 개인 훈련복 및 개인 훈련장비
- 필기도구 ※훈련일지 작성

○ 운영방법

- 국가대표 지도진이 편성한 훈련 프로그램(안) 소화

구 분		8월5일(월)	8월6일(화)	8월7일(수)	8월8일(목)	8월9일(금)	8월10일(토)
오전훈련	훈련내용	소 집	오전훈련	오전훈련	오전훈련	오전훈련	연습경기
	시 간	14:00	09:30~12:00	09:30~12:00	09:30~12:00	09:30~12:00	09:30~12:00
	장 소	제이원호텔	충북체육고	충북체육고	충북체육고	충북체육고	충북체육고
오후훈련	훈련내용	오후훈련	오후훈련	팀 활동 (종목 별 릴스 제작)	오후훈련	오후훈련	중식 후 해산
	시 간	15:30~18:00	15:30~18:00	16:00~18:00	15:30~18:00	15:30~18:00	
	장 소	충북체육고	충북체육고	충북체육고	충북체육고	충북체육고	

- 세부종목으로 팀 지정
- 개인 훈련 일지 작성

○ 홍보방법

- 대한우슈협회 홈페이지 공지, 팝업 게시
- 대한우슈협회 인스타그램 게시물 게시
- 시, 도협회 안내 공문 발송

○ 안전대책

- 주최자 배상보험 가입
- 선수 개개인의 체력상황에 따른 훈련 강도 조절