

2020年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツ健康学科 ビジネスコース	
マリン実習A	
第4回	波について：波のリズムや、カレントのメカニズムを理解します
第5回	パドリング：沖に出るために必要となるパドリングの技術を習得します
第6回	パドリングレース①：パドリングの技術を駆使しチームでリレーを行なう事により、自分の技術レベルを理解します
第7回	スープライディング①：波の力で押される感覚をつかみ、サーフボード（ボディボード）に腹ばいで乗る技術を習得します
第8回	スープライディング②：波の力で押される感覚をつかみ、サーフボードに立って乗る技術を習得します
第9回	海と自然①：波の発生原理から、国内外の様々なサーフポイントを見ることによって、海の理解を深めます
第10回	海と自然②：ゴミなどが及ぼす、海もしくは自然への影響を学び、自分たちの生活について理解を深めます
第11回	うねりからのテイクオフ①：ポイントまでパドリングで移動し、うねりからサーフボード（ボディボード）で直進する技術を習得します
第12回	うねりからのテイクオフ②：ポイントまでパドリングで移動し、うねりからサーフボードに立って直進する技術を習得します
第13回	横に進む技術①：ポイントまでパドリングで移動し、うねりから腹ばいで横に進む技術を習得します
第14回	横に進む技術②：ポイントまでパドリングで移動し、うねりから立って横に進む技術を習得します
第15回	パドリングレース②：パドリング、ライディングの技術を駆使しチームでリレーをおこなう事により、自分の技術レベルを深く理解します