体育理論「体力トレーニング」　　エキスパート番号（　　）

２年　　組　　番　氏名

１．問い

「自分が関心をもっている運動やスポーツの技能を向上させるためには、どのような体力トレーニングを行ったらよいのだろうか。」

※　関心をもっている運動・スポーツ　「　　」