

JIN's taping Boot Camp Time Table

10:00～16:45

開始		終了	時間	内容
9:45	～	10:00	0:15	受付
10:00	～	10:10	0:10	ガイダンス
10:10	～	10:30	0:20	テーピング概論講義
10:30	～	12:00	1:30	実技①足関節捻挫基本
12:00	～	12:45	0:45	休憩
12:45	～	14:15	1:30	実技②足関節捻挫応用
14:15	～	14:20	0:05	休憩
14:20	～	15:20	1:00	実技③肉離れ
15:20	～	15:25	0:05	休憩
15:25	～	16:25	1:00	実技④指
16:25	～	16:45	0:20	クロージング