

2019年度 ナショナルトレセンU-12 北信越 スケジュール

10月12日(土)			10月13日(日)			10月14日(月祝)	
選手	スタッフ	講習会	選手	スタッフ	講習会	選手	スタッフ
06:30			起床			起床	
			散歩			散歩	
07:00			朝食 7:00~			朝食 7:00~	
07:30							
08:00	会場「和倉温泉多目的グラウンド」 (石川県七尾市)						
08:30					受付 8:30		
09:00	宿泊先集合					移動	
	移動		移動				
09:30					講義② 8:45-10:00		
10:00	メディカル チェック	ミーティング	受付 9:30-45			W-UP	
			ガイダンス 9:45-10:30				
10:30	トレーニング① 「ゴールを奪う」 10:30~12:00		トレーニング③ 「ボールを奪う」 10:00~11:30			ゲーム 10:15~12:00	
11:00		見学 10:30-12:00		見学 10:00-11:30			
11:30			移動				
12:00	昼食 12:15~		昼食 12:15~			閉講式	
12:30		実技① 12:00-13:30		実技② 11:30-13:00		昼食弁当配布・解散	
13:00							
13:30	ガイダンス・栄養 13:30~14:15						
14:00	移動		移動				
14:30							
15:00	トレーニング② 「動きながらのテクニック」 14:30~16:00		トレーニング④ 「ゴールを目指す」 (ポジション) 14:30~16:00			見学	
15:30		見学 14:30-16:00		見学 14:30-16:00			
16:00	移動		移動			閉講式	
16:30		講義① 16:00-17:30					
17:00							
17:30							
18:00	夕食 16:00~		夕食 16:00~				
18:30							
19:00							
19:30	リスペクトワークショップ 19:15~20:15		レクチャー 19:15~20:15				
20:00							
20:30	スタッフ ミーティング		スタッフ ミーティング				
21:00							
21:30							
22:00							