

## 2017年度 ナショナルトレセンU-12 北信越 スケジュール 概要

10月6日(金)		10月7日(土)		10月8日(日)		10月9日(月)	
選手	スタッフ	選手	スタッフ	選手	スタッフ	選手	スタッフ
06:30		起床		起床		起床	06:30
07:00		散歩		散歩			07:00
07:30		朝食		朝食		朝食	07:30
08:00							08:00
08:30		移動		移動		移動	08:30
09:00			講習会		講習会		09:00
09:30			ガイダンス			W-up	09:30
10:00		トレーニング① 「動きながらのテクニック」	見学	トレーニング③ 「ゴールを目指す」 (ポゼッション)	見学	ゲーム②	10:00
10:30							10:30
11:00	集合						11:00
11:30	メディカル チェック	移動		移動			11:30
12:00			実技		実技	閉講式 昼食弁当配布 解散	12:00
12:30	受付・昼食	昼食		昼食			12:30
13:00	開講式						13:00
13:30	ガイダンス						13:30
14:00		移動		移動			14:00
14:30	W-up ボールワーク 全員でGKトレーニング						14:30
15:00		トレーニング② 「ボールを奪う」	見学	トレーニング④ 「ゴールを奪う」	見学		15:00
15:30							15:30
16:00	ゲーム①						16:00
16:30		移動		移動			16:30
17:00	移動		講義		講義		17:00
17:30						閉講式	17:30
18:00							18:00
18:30	夕食	夕食		夕食			18:30
19:00							19:00
19:30		レクチャー①		レクチャー②			19:30
20:00	リスペクト ワークショップ	グループ別 ミーティング②		グループ別 ミーティング③			20:00
20:30	グループ別 ミーティング①						20:30
21:00							21:00
21:30		打合せ		打合せ			21:30
22:00	打合せ						22:00