

2024年度 北信越トレセンU-12中期 【指導者講習会】

※日程は変更になる可能性があります。

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	
			起床			起床		
			散歩			散歩		
			朝食 7:00~			朝食 7:00~		
				移動	受付 8:30			
			移動	シミュレーション 8:45~	講義① 8:45~9:45	移動		
					移動	W-UP		
			トレーニング① 10:00~11:30			見学 10:00~11:30	ゲーム 10:15~12:00	
		集合11:30						
	受付・メディカル 11:45	各セクション ミーティング		移動				
		受付11:45~			実技② 11:30~13:00	閉講式		
		ガイダンス 12:00~13:00	昼食 12:15~			昼食弁当配布・解散		
		移動						
		移動						
		W-up13:30						
		見学 13:30~15:00		移動				
		ゲーム①14:15			講義② 14:00~15:30			
		移動			閉校式			
		休憩	トレーニング② 14:30~16:00					
	入浴	実技① 15:15~16:45						
		移動						
	ガイダンス 栄養	テクニカル会議		移動				
			入浴	テクニカル会議				
		夕食 18:00~	夕食 18:00~					
		テクニカル会議 予備	レクチャー 19:15~20:15					
		スタッフ ミーティング		スタッフ ミーティング				