

## 2015年度 ナショナルトレセンU-12九州 スケジュール

10月10日（土）			10月11日（日）			10月12日（月）			
選手	スタッフ	講習会	選手	スタッフ	講習会	選手	スタッフ	講習会	
07:00									07:00
07:30									07:30
08:00			朝食			朝食			08:00
08:30									08:30
09:00									09:00
09:30			トレーニング③ フィニッシュ		TR 見学	ゲーム 7対7+GK			09:30
10:00									
10:30	集合完了 配布物等完了	受付							10:30
11:00	アイスブレイク	OR				閉講式・解散			11:00
11:30	トレーニング① テクニク	TR 見学							11:30
12:00						実践			12:00
12:30			昼食						
13:00		昼食							13:00
13:30	昼食					昼食			13:30
14:00			レクチャー 栄養指導						14:00
14:30	メディカル チェック								14:30
15:00	開校式 レクチャー①	実技	トレーニング④ ポゼッション		TR 見学				15:00
15:30									
16:00	トレーニング② ボールを奪う	TR 見学				開催場所 湯布院町スポーツセンター 住所 大分県由布市 湯布院町川西 1200番地1 TEL 0977-84-2130			16:00
16:30					レクチャー 閉講式				
17:00									17:00
17:30			入浴 夕食	入浴 夕食					17:30
18:00		レクチャー プランニング							18:00
18:30	入浴 夕食	入浴 夕食	グループ別 ミーティング						18:30
19:00									19:00
19:30									19:30
20:00	グループ別 ミーティング								20:00
20:30									20:30
21:00	ミーティング			ミーティング					21:00
21:30									21:30
22:00									22:00

