

2015タイムテーブル東日本

11日(金)		12日(土)		13日(日)		14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
		朝食				630 朝食	
		トレーニング 守備ボールを奪う① GK:シュートストップ		8:45集合・受付 ガイダンス・講義 トレーニング見学		ゲーム 900~W-up 930~キックオフ	
		1145~昼食		実技講習		アップ 30分 A-B 25分 B-C 25分 C-A 25分 ダウン 15分	
		1145~昼食				クロージング	
13:00	集合					昼食	
14:00	地域別ミーティング	GKトレーニング				1345 解散	
15:00	トレーニング 基本のテクニック GK:攻撃参加	トレーニング 攻撃②ゴールを奪う GK:ブレイクアウェイ①		トレーニング見学		トレーニング見学	
16:00							
17:00							
18:00		GKミーティング		講義		講義	
19:00	夕食	夕食				18:30解散	
20:00	オープニング レクチャー フィジカルフィットネス グループ別ミーティング	全体ミーティング グループ別ミーティング					
21:00							
22:00	ミーティング	ミーティング					
23:00							