

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	講習会	選手	スタッフ	講習会	
		朝食			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 守備ボールを奪う② GK:ブレイクアウェイ②		ゲーム 900~W-up 930~キックオフ	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		実技講習	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			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 ゴール前の攻防 ~クロスに対応~ GK:クロス			トレーニング見学
18:00	GKミーティング			講義	GKミーティング			講義
19:00	夕食	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			NIKEレクチャー(45分間) 全体ミーティング グループ別ミーティング			
22:00	ミーティング	ミーティング			地域別ミーティング ミーティング			