

2018 北北海道トレセン強化合宿日程

	10月26日(金)			10月27日(土)			10月28日(日)			
	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				朝食			朝食			07:30
08:00						8:15~				08:00
08:30				バス移動		受付				08:30
09:00				強化練習②		講義	バス移動			09:00
09:30							ウォーミングアップ			09:30
10:00						練習見学	強化練習④ ゲーム			10:00
10:30				バス移動					10:30	
11:00				休息		実技① tr.1 tr.2	閉講式 解散			11:00
11:30				昼食						11:30
12:00						昼食				12:00
12:30				休息						12:30
13:00						実技② tr.3 tr.4				13:00
13:30				バス移動						13:30
14:00						練習見学				14:00
14:30				バス移動						14:30
15:00	選手集合・受付			強化練習③		閉講式				15:00
15:30	強化練習①									15:30
16:00										16:00
16:30				バス移動						16:30
17:00				入浴						17:00
17:30				夕食						17:30
18:00										18:00
18:30										18:30
19:00										19:00
19:30										19:30
20:00	レクチャー			レクチャー グループ別 ミーティング						20:00
20:30										20:30
21:00				就寝						21:00
21:30										21:30
22:00										22:00

開催場所
東川町人工芝 夢公園
〒071-1404
東川町西4号北8番地

宿泊場所
キトウシ高原ホテル
〒071-1404
東川町西4号北46
TEL 0166-82-4646