

2024年度 北海道トレセンU15春季キャンプスケジュール

| 日付    | 3月22日（土）                   |        |                | 3月23日（日）               |                      |               |      |  |
|-------|----------------------------|--------|----------------|------------------------|----------------------|---------------|------|--|
| 対象    | U15                        |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 時間    | 選手（通い）                     | 選手（宿泊） | スタッフ           | 選手（通い）                 | 選手（宿泊）               | スタッフ          |      |  |
| 8:30  |                            |        |                |                        |                      | 8:30<br>集合・準備 |      |  |
| 9:00  |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 9:30  |                            |        |                | 9:30～10:00 選手集合・受付・準備  |                      |               |      |  |
| 10:00 |                            |        |                | 10:00～12:00<br>トレーニングⅡ |                      |               |      |  |
| 10:30 |                            |        | 10:30<br>集合・準備 |                        |                      |               |      |  |
| 11:00 |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 11:30 |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 12:00 |                            |        |                |                        | 12:00～14:00<br>昼食・休憩 |               |      |  |
| 12:30 | 12:30～13:00 選手集合・受付・準備     |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 13:00 | 13:00～14:00<br>ガイダンス&レクチャー |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 13:30 |                            |        |                | 14:00～16:00<br>トレーニングⅢ |                      |               |      |  |
| 14:00 | 14:00～16:00<br>トレーニングⅠ     |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 14:30 |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 15:00 |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 15:30 |                            |        |                | 16:30 解散               |                      |               |      |  |
| 16:00 | 16:30 解散                   |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 16:30 |                            |        |                |                        |                      |               | 振り返り |  |
| 17:00 |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 17:30 |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 18:00 |                            |        |                |                        |                      |               |      |  |
| 場所    | SSAP屋内競技場                  |        |                | SSAP屋内競技場              |                      |               |      |  |