

	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)	11月24日(日)
	選手・スタッフ	選手・スタッフ	選手・スタッフ	選手・スタッフ
6:30		朝食	朝食	朝食
7:00				
7:30				
8:00		ウォームアップ	ウォームアップ	ウォームアップ
8:30				
9:00		9:00~	9:00~	9:00~
9:30		試合・トレーニング	試合・トレーニング	試合
10:00				
10:30				
11:00			~11:30	~11:30
11:30		昼食	昼食	クロージング
12:00				お弁当
12:30	12:30~			解散
13:00	選手集合			
13:30		ウォームアップ	ウォームアップ	
14:00		14:00~	14:00~	
14:30	14:20~	試合・トレーニング	試合・トレーニング	
15:00	試合・トレーニング			
15:30			~16:00	
16:00	~16:10			
16:30				
17:00		~17:10	GK mtg	
17:30	夕食	夕食		夕食
18:00				
18:30				
19:00				
19:30	セミナー			
20:00	ガイダンス	選手向けレクチャー	スタッフ全体mtg	
20:30				
21:00				
21:30				
22:00				