

2024 ナショナルトレセンU-14後期トレーニングキャンプ 11月21日-11月24日 スケジュール					
	21日 (木)	22日 (金)	23日 (土)	24日 (日)	
6:00					6:00
6:30		朝食 6:30～	朝食 6:30～	朝食 6:30～	6:30
7:00					7:00
7:30					7:30
8:00					8:00
8:30					8:30
9:00		フィジカル測定→TR ① 8:30～	TR ③ 8:30～		9:00
9:30				GAME③ 9:30KO (25分×3)	9:30
10:00					10:00
10:30					
11:00		11:00～ レクチャー			11:00
11:30		昼食 11:30～	昼食 11:30～	シャワー&昼食	11:30
12:00					
12:30					12:30
13:00	13:00 集合&ガイダンス			13:00 解散/バス出発 (予定)	13:00
13:30					13:30
14:00					14:00
14:30					14:30
15:00	GAME① 14:45 KO (20分×3)	TR ② 15:00～	GAME② 14:45 KO (20分×3)		15:00
15:30					15:30
16:00					16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00	夕食 18:00～	夕食 18:00～	夕食 18:00～		18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30			19:30～ 各チームMTG		19:30
20:00	20:00～ レクチャー	20:00～ レクチャー			20:00
20:30					20:30