

2013年度熊本YMCAサッカーチーム合同冬合宿スケジュール

■2日目:2014/1/5(日)

コート	阿蘇農村公園あびか多目的グラウンド(天然芝)				asovigo(人工芝)	チーム	小学生/熊本			小学生/むさし			中学生	
	8人制コート				11人制コート		U-10	U-11	U-12	U-10	U-11	U-12	U-13	U-14・15
	A	B	C	D	E	GL	大中	吉脇	平井	鎗水	佐藤・永田	佐藤・河野	徳永・永田	
6:00						6:00	■起床(6:00) ■朝の集い(6:15～6:30)							
6:30						6:30	■整理整頓・準備(6:30～7:00)							
7:00						7:00	■朝食(7:00～8:00)							
7:30						7:30								
8:00						8:00	移動	移動	移動	移動	移動	移動	準備	準備
8:30						8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30	8:30
9:00						9:00							TR I	TR I
9:15						9:15								
9:30						9:30								
9:45						9:45							10:00	10:00
10:00						10:00							12:00	12:00
10:15						10:15								
10:30						10:30								
10:45						10:45							TR II	TR II
11:00						11:00								
11:15						11:15							12:00	12:00
11:30						11:30							12:00	12:00
11:45						11:45							昼食	昼食
12:00						12:00							13:00	13:00
12:15						12:15							13:00	13:00
12:30						12:30								
12:45						12:45								
13:00						13:00								
13:15						13:15								
13:30						13:30							TR III	TR III
13:45						13:45							15:00	15:00
14:00						14:00							移動	15:00
14:15						14:15							15:30	
14:30						14:30								
14:45						14:45								
15:00						15:00								
15:15						15:15								
15:30						15:30								
15:45						15:45								
16:00						16:00							TRM	TRIV
16:15						16:15								
16:30						16:30								
16:45						16:45	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00
17:00						17:00	移動	移動	移動	移動	移動	移動	移動	17:00
17:15						17:15								入浴
17:30						17:30	17:30	17:30	17:30	17:30	17:30	17:30	17:30	18:00
17:45						17:45	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	18:00
18:00						18:00								夕食
18:15						18:15	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	19:00
18:30						18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	18:30	Free
18:45						18:45	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
19:00						19:00	19:30	19:30	19:30	19:30	19:30	19:30	19:30	
19:15						19:15								
19:30						19:30								
19:45						19:45								
20:00						20:00	■チームミーティング・Free Time(21:00～22:00)							
20:30						20:30								
21:00						21:00								
21:30						21:30								
22:00						22:00	■消灯(22:00)							
22:30						22:30	■指導者MT(22:30～23:30)							
23:00						23:00								
コート	A	B	C	D	E	チーム	U-10	U-11	U-12	U-10	U-11	U-12	U-13	U-14・15
	阿蘇農村公園あびか多目的グラウンド(天然芝)				asovigo(人工芝)		小学生/熊本			小学生/むさし			中学生	

* スケジュールは予定です。当日の天候、メンバーの体調面を考慮し、変更することもあります。予めご了承ください。

* TR=トレーニング(練習)、TRM=トレーニングマッチ(練習試合・紅白戦)