

第1回 北信越TC女子U-14 タイムテーブル

10月26日(土)			10月27日(日)				
開始時間	選手		指導者	開始時間	選手		指導者
	FP	GK			FP	GK	
				6:45	朝食		
				8:00	チェックアウト・移動		
				8:15	TR準備		
					ゴール前の攻防	GKだけ早く開始してW-UP	
				8:30~9:30	W-UP	GKはアップでき次第、FPのW-UP(クロスドリル)途中から合流	
					TR①		
					TR②		
				9:40~11:20	ゲーム 8vs8+GK 15分		TR指導
					①9:40 A1vsA2 BvsC		
					②10:00 A1vsA2 BvsC		
					③10:20 A1vsA2 BvsC		
11:00	集合・オープニング				ゲーム 8vs8+GK 10分		
11:30~12:00	昼食		ミーティング		④10:40		
12:00~13:00			昼食	⑤10:55			
	守備②			⑥11:10			
13:00~14:00	W-UP	GKTR キャッチング・ローリングダウン・フロントダイビング・ディフレクティング	TR指導	11:30~	片付け		
	TR①			11:40~12:30	昼食	昼食	
	TR②	GK合流				スタッフ話し合い	
14:10~15:10	ゲーム(8対8+GK) 15分×3本			TR指導	12:40~	クロージング	
	①14:10 A1vsA2 BvsC				12:50~	ナショナル選手 説明会	
	②14:30 A1vsA2 BvsC				13:10	解散	
	③14:50 A1vsA2 BvsC						
15:10~	片付け		GKコーチ ミュレーション				
15:30~	移動						
15:50~	チェックイン						
17:45~	夕食						
19:00	レクチャー		メイン★MT				
20:00			全体ミーティング				
22:00		消灯					