

2025年度 北海道トレセン女子U-14キャンプ 第Ⅰ期 日程表
2025/7/19(土)～21(月祝) 中札内

7/19(土)		7/20(日)		7/21(月祝)	
選手	スタッフ	選手	スタッフ	選手	スタッフ
6:30					
7:00			朝食		朝食
7:30		朝食		朝食	
8:00					
8:30	集合・食堂にてミーティング				
9:00					
9:30		レクチャー(15分)・MP 体育館		レクチャー(15分)・MP 体育館	
10:00					
10:30	北海道スタッフ研修会	トレーニング(90分) Tr2:ゴールを奪う		トレーニング(90分) Tr4:ゴールを目指す	
11:00					
11:30		休憩	休憩	休憩	休憩
12:00		昼食	休憩	昼食	休憩
12:30	昼食・休憩		昼食		昼食
13:00		休憩	休憩	休憩	休憩
13:30	選手集合・受付				
14:00		レクチャー(15分)・MP 体育館			
14:30				トレーニング(90分) Tr5: GAME	
15:00	トレーニング(90分) Tr1: GAME	トレーニング(90分) Tr3: ボールを奪う			
15:30				片付け・解散	
16:00	片付け	片付け			
16:30					
17:00					
17:30					
18:00	夕食	夕食			
18:30			夕食		
19:00					
19:30					
20:00	レクチャー(60分)				
20:30					
21:00					
21:30	振り返り	振り返り			
22:00	就寝	就寝			
22:30					