

2009 和歌山県トレセン夏季強化合宿スケジュール

2009年 8月

2009年7月27日 作成

2日(日)

	U-13		U-14		U-15		GK	備考
	FP 24名	スタッフ	FP 24名	スタッフ	FP 25名	スタッフ		
	GK 4名		GK 3名		GK 4名			
	選手		選手		選手			
06:00								
06:30								
07:00								
07:30								
08:00								
08:30		集合 打合せ		集合 打合せ		集合 打合せ		
09:00	受付・集合完了		受付・集合完了		受付・集合完了		受付・集合完了	提出物回収
09:30								
10:00	Tr1(サブ1/2)	担当 (中村)	Tr1(サブ1/2)	担当	移動 準備			
10:30	テーマ: コンディショニング チェック	(阪中) (野田) (梅本)	テーマ:攻撃 ビルドアップ	(寺峰) (土井) (山路)	Tr1(メイン)	担当		
11:00					テーマ: パス&コントロール	(西出) (吉田) (谷) (平)		
11:30								
12:00	昼食							
12:30								
13:00					昼食			
13:30	休憩		Tr2(サブ全面)	担当				日韓交流事業(派遣)説明会 陸上競技場2F会議室
14:00			テーマ:攻撃 ビルドアップ	(寺峰) (土井) (山路)	休憩			
14:30								
15:00	Tr2(サブ全面)	担当			Tr2(メイン)	担当		
15:30	テーマ: パス&コントロール ポゼッション	(中村) (阪中) (野田)	移動(バス)		テーマ: ゴールを意識した ボールポゼッション	(西出) (吉田) (谷) (平)		
16:00								
16:30								
17:00							Tr1(サブ)	
17:30	移動(バス)		入浴		移動(バス)		テーマ: シュートストップ 担当(寺峰・高橋)	
18:00	入浴				入浴		移動	
18:30								時間のズレある
19:00	夕食						入浴 夕食	
19:30								
20:00	開講式							
20:30	レクチャー 【和歌山県鍼灸師会】出先哲也(出先鍼灸院) テーマ:鍼灸の効果とストレッチングの重要性							
21:00	カテゴリー別ミーティング							
21:30	休憩 洗濯							門限を守る。
22:00								
22:30	消灯	スタッフ ミーティング	消灯	スタッフ ミーティング	消灯	スタッフ ミーティング	消灯	

2009 和歌山県トレセン夏季強化合宿スケジュール

2009年 8月

2009年7月27日 作成

3日(月)

U-13		U-14		U-15		GK	備考	
FP 24名		FP 24名		FP 25名		U-13 4名		
GK 4名		GK 3名		GK 4名		U-14 3名		
選手	スタッフ	選手	スタッフ	選手	スタッフ	U-15 4名		
06:00							06:00	
06:30	起床・散歩							06:30
07:00	朝食							07:00
07:30								07:30
08:00	移動(バス)							08:00
08:30								08:30
09:00	移動(バス)							09:00
09:30	Tr3(サブ1/2)	担当	Tr3(サブ1/2)	担当	Tr3(メイン)	担当	09:30	
10:00	テーマ: ポゼッション しかけ ボールを奪う	(中村) (阪中) (野田) (梅本)	テーマ:攻撃 崩し	(寺峰) (山路) ()	テーマ:守備 前線からの守備	(平) (土井) ()	10:00	
10:30							10:30	
11:00							11:00	
11:30							11:30	
12:00	昼食							12:00
12:30							12:30	
13:00	移動(バス)							13:00
13:30	Tr4(サブ全面)	担当	休憩		W-up		13:30	
14:00	テーマ:ゲーム	(中村) (阪中) (野田)			ゲーム	担当	14:00	
14:30							14:30	
15:00							15:00	
15:30	移動(バス)		Tr4(サブ全面)	担当	VS セレッソ西U-15 30min×3		(西出) (平) ()	
16:00							16:00	
16:30							16:30	
17:00	入浴						Tr2(メイン)	17:00
17:30	移動(バス)		移動(バス)		移動(バス)		テーマ: ブレイクアウェイ 担当(伊藤・高橋・中間)	
18:00	入浴						移動	18:00
18:30							18:30	
19:00	夕食						入浴 夕食	19:00
19:30							19:30	
20:00	カテゴリー別ミーティング							20:00
20:30							20:30	
21:00	休憩							21:00
21:30							21:30	
22:00	洗濯						門限を守る。	22:00
22:30	消灯	スタッフ ミーティング	消灯	スタッフ ミーティング	消灯	スタッフ ミーティング	消灯	

2009 和歌山県トレセン夏季強化合宿スケジュール

2009年 8月

2009年7月27日 作成

4日(火)

		U-13		U-14		U-15		GK		備考
		FP 24名	GK 4名	FP 24名	GK 3名	FP 25名	GK 4名	U-13 4名	U-14 3名	
		選手	スタッフ	選手	スタッフ	選手	スタッフ	U-15 4名		
06:00										06:00
06:30	起床・散歩									06:30
07:00	朝食									07:00
07:30										07:30
08:00	チェックアウト									08:00
08:30	移動(バス)									08:30
09:00	荷物は全て出す									09:00
09:30	Tr5(サブ1/2)	担当 (中村)		Tr5(サブ1/2)	担当 (寺峰)	Tr4(メイン)	担当 (平)			U-15早生まれ選手で、U-14に参加希望選手を入れる。 サブピッチ1/2ガンバ門真11:00~12:00がアップで使用
10:00	テーマ: パス&コントロール ポゼッション	(阪中) (野田) (梅本)		テーマ:攻撃 フィニッシュの 改善	(山路)	テーマ: フィニッシュ	(土井)			
10:30										
11:00				屋食						
11:30	屋食					屋食				
12:00				W-up						
12:30				ゲーム		W-up				
13:00	W-up			12:00~12:25 ガンバ門真U-14 12:30~12:55 ガンバ門真U-14		ゲーム	担当			
13:30	ゲーム					VS 和歌山工業高校	(西出) (平) (土井)			
14:00	13:00~13:25 ガンバ門真U-13 13:30~13:55 ガンバ門真U-13					35min x 4				
14:30				ゲーム						
15:00				14:00~14:25 ガンバ門真U-14 14:30~14:55 ガンバ門真U-14						
15:30	ゲーム									
16:00	15:00~15:25 ガンバ門真U-13 15:30~15:55 ガンバ門真U-13			更衣		片付け		サブの片付けはU-14、メインはU-15		
16:30	更衣			片付け		更衣				
17:00	閉講式									17:00
17:30								選考結果発表		
18:00		スタッフ ミーティング			スタッフ ミーティング		スタッフ ミーティング			
18:30										

WTC U-14

2009和歌山県トレセンU-13~15夏季強化合宿テーマ

「姿勢を正そう！」

～プレーの姿勢・身体の姿勢・生活の中での姿勢～