6－13（土）～14日（日）　京都ミニ合宿

参加を希望される方は、下記からお申し込みください。

om/forms/d/e/1FAIpQLSeup-eTScO_9BrhNf5z9cLomrc75-MbTKKpbT1Mf0zcN14qrw/vi

スケジュール Ver.1

対象：強化指定選手＋日常練習参加者

合宿統括コーチ；荒川龍一

前泊	自宅を7時前に出ないと集合に間に合わないときは前泊が認められます。	後泊	自宅到着が午後11時を過ぎる場合は後泊が認められます。
	6/13(土)		6/14(日)
12:30	設営役員サンアビ集合 選手、役員新田辺送迎希望者集合(12:30) サンアビへの集合13時	7:00	朝食
13:00	練習前ミーティング、選手の皆さんが守るべきルールについて説明（コンプライアンスインテグリティー等）座学（連盟プログラムの成り立ち、けが防止の準備運動、吉田進）	9:00	JISSの栄養講座（試合期の食事）（京都トレーニングセンター）
14:00	チャレンジカップ後のプログラムとトレーニング実施状況確認 筋電図測定、スピード測定、動作解析	10:30	トレーニング、筋電図測定、スピード測定、動作解析
17:00	終了	12:00	終了
宿泊	希望者は宿泊	12:00	解散
注１	昼食は各自で摂ってからご集合ください。		

宿泊は、ロゴスランドとルートイン久御山になります。