

2015NAVIカデ・エペブロックキャンプ 日程(案) 8月1,2,3日開催

8月1日(金)

時間	区分	利用施設
13:00	集合	岩国工業高校
14:00	オリエンテーション	
16:30	ホテル移動	
17:00	集合・受付	ホテル
17:30	開講式 班分け オリエンテーション	ホテル会議室
18:30	移動	
19:30	夕食	ホテル
20:00	栄養指導	ホテル会議室
20:45	担当:長坂	
22:00	就寝	

8月2日(土)

時間	区分	利用施設
6:30	起床	
7:00	朝食	ホテル
8:00	出発	
8:45	集合・準備	体育館
9:00	ウォームアップ指導 担当:鈴木 実技指導 担当:山本 本間 ウォームダウン指導:鈴木	体育館
12:00	昼食	
13:30	技術指導 担当:山本 本間	体育館
15:30	トレーニング指導	
16:30	担当:鈴木	
18:00	終了・ホテル移動	
19:30	夕食	ホテル
20:00	映像分析 練習での映像を活用し フォームや戦術等の確認 担当:千葉	ホテル会議室
21:00		
22:00	就寝	

8月3日(日)

時間	区分	利用施設
6:30	起床	
7:00	朝食	ホテル
8:00	出発	
8:45	集合・準備	体育館
9:00	試合前のウォームアップ 担当:鈴木 個人戦 試合後のウォームダウン	体育館
12:00	昼食	
13:00	修了式	体育館