

## 女子アスリート強化事業 ジュニアトレーニングキャンプ2022日程表

期日	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	13:30	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	
12/24 金							集 合 ・ 受 付	開 講 式	トレーニング	女性アス リート講話 太田りゆ選 手	ア イ ス ブ レ イ ク	チ ェ ッ ク イ ン	入 浴	夕 食	コー チ 講 習	
時間							13:00	13:15	13:30~15:30	15:30~16:30		17:30~18:30	18:30~19:30	20:00~ 21:00		
場所							伊豆ペロドルーム		伊豆ペロドルーム			サイテル		サイテル	サイテル	

期日	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
12/25 土	朝 食	移 動	トレーニング			昼 食	女子ジュニア 選手のための トレーニング 講座	トレーニング			移 動 / 入 浴	夕 食	休 憩	女子アスリー トのコンディ ショニング講 座  コー チ 編	
時間	7:00~7:45		8:45~11:30			12:00~ 13:00	13:00~13:45	14:00~16:30			17:00~18:30	18:30~19:30		20:00~21:00	
場所	サイテル		伊豆ペロドルーム				伊豆ペロドルーム					サイテル		サイテル	

期日	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
12/26 日	朝 食	移 動	トレーニング			昼 食	女性アスリー トのコンディ ショニング 講座	トレーニング		修 了 式					
時間	7:00~7:45		8:45~11:30			12:00~ 13:00	13:00~ 13:45	14:00~15:30		15:45					
場所	サイテル		伊豆ペロドルーム				伊豆ペロドルーム								