

第4回 グラスホパージュニアテニスキャンプスケジュール表

平成30年8月17日作成

	6:00	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	22:00	23:00	
8月17日 (第1日目)							受付		練習	準備	開会式	バス移動	夕食・入浴	講座・ミーティング		就寝準備	就寝		
	7:45			講座 「ジュニアアスリートの食事のとり方」 講師:濱田 綾子(公認スポーツ栄養士、中村学園事業部メディカルサービス課主任)															
8月18日 (第2日目)		朝食	バス移動		練習	昼食		練習			バス移動		夕食・入浴	講座・ミーティング		就寝準備	就寝		
	講座 「ヒトの身体づくりと運動について」 講師:道上 静香(滋賀大学経済学部教授、元ユニバーシアード女子監督)																		
8月19日 (第3日目)	男子	朝食	バス移動		練習	昼食		練習			バス移動		夕食・入浴	講座・ミーティング		就寝準備	就寝		
	女子	朝食	バス移動	コートテニス見学	練習/洗濯	昼食		パルレーンミュージアム・肥前さが幕末維新博見学	洗濯物	バス移動		夕食・入浴	講座・ミーティング		就寝準備	就寝			
	講座 「ドーピングについて」 講師:別府 諸兄氏(日本テニス協会 アンチドーピング委員会委員長)																		
8月20日 (第4日目)	男子	朝食	バス移動	コートテニス見学	練習/洗濯	昼食		パルレーンミュージアム・肥前さが幕末維新博見学	洗濯物	バス移動		夕食・入浴	講座・ミーティング		就寝準備	就寝			
	女子	朝食	バス移動		練習	昼食		練習		バス移動		夕食・入浴	講座・ミーティング		就寝準備	就寝			
8月21日 (第5日目)		朝食	バス移動		練習	昼食		団体戦練習		バス移動		夕食・入浴	講座・ミーティング		就寝準備	就寝			
8月22日 (第6日目)		朝食	バス移動		団体戦					BBQ準備	BBQ	バス移動	入浴	ミーティング	就寝				
8月23日 (第7日目)		朝食	バス移動		団体戦	終了式													

※スケジュールは変更する場合があります。

<集合先> グラスコート佐賀テニスクラブ 佐賀市金立町大字千布3907

<受付開始> 8月17日(金) 12:00

<練習開始> 8月17日(金) 13:30 ←今回より変更しました。

<開会式> 8月17日(金) 16:00

※交通手段の都合もあるでしょうが、なるべく練習時間までに、遅くとも開会式までに集合してください。

<選手・コーチの移動> 宿舍とコートの移動は貸切バスにより移動します。

<解散> 8月23日(木) 12:00終了式 13:00終了予定です。原則選手全員参加でお願いします。

<宿泊先>

佐賀県北山(ほくざん)少年自然の家

〒840-0541 佐賀市富士町関屋

TEL 0952-57-2321 FAX 0952-57-2647

<http://www.hokuzan-saga.jp/>

※8月16日より宿泊可能です。事務局までお申し出下さい。