

# SAGスキークラブU18 月間予定表(7月)

内容	月	火	水	木	金	土	日
1週目						1日	2日
TR名 会場 時間 指導者						ピスラボ30day's ウイングヒルズ白鳥 9:00-15:00 井上春樹 他	ピスラボ30day's ウイングヒルズ白鳥 9:00-15:00 井上春樹 他
2週目	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 佐藤絵里 他		TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 連盟コーチ				
3週目	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 佐藤絵里 他		TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 連盟コーチ			ピスラボ30day's ウイングヒルズ白鳥 9:00-15:00 井上春樹 他	ピスラボ30day's ウイングヒルズ白鳥 9:00-15:00 井上春樹 他
4週目	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 佐藤絵里 他		TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 連盟コーチ			TRY TRAINING 飛騨神岡高校 9:00-12:00 連盟コーチ	
5週目	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 佐藤絵里 他		TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 連盟コーチ			ピスラボ30day's ウイングヒルズ白鳥 9:00-15:00 井上春樹 他	ピスラボ30day's ウイングヒルズ白鳥 9:00-15:00 井上春樹 他
5週目	31日						
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 高山工業高校 19:00-21:00 佐藤絵里 他						

## ★連絡事項

- 1 ピスラボ30day'sについて
- 7:00 中山中学校下ローソン出発  
8:20 センターハウス前集合  
9:00-11:30 午前トレーニング  
11:30-12:30 昼食  
12:30-14:30 午後トレーニング  
15:00 会場解散  
16:15 高山到着予定 スキー場を出発する際にビジネスLINEで連絡します。
- トレーニングシューズ・バランスボール(持っている選手)  
水分・着替え・タオルを持参してください。  
バスの送迎を利用される場合は、時間厳守をお願いいたします。7:00に出発します。 **非常に暑い状況が予想されます。多めの水分と着替えのご用意をお願いいたします。また、熱中症予防の観点から、生活習慣を正して、体調不良があるときは参加を控えてください。**
- 2 TRY TRAININGについて
- 運動可能な服装と体育館シューズ、タオル、着替え、水分を持参してください。  
22日(土)は飛騨神岡高校にて午前中に開催します。ランニングシューズと体育館シューズを持参してください。17日(月)は祝日となりますが、通常通りの19:00~となります。
- 3 かぜ症状や、のどの痛み等、少しでも体調不良がある場合は参加を控えてください。