

# SAGスキークラブU18 月間予定表(8月)

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

## ★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

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、時間厳守でお願いいたします。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。暑い日が続きますので、多めの水分と、着替えの用意をお願いします。

3 かせ症状や、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。