

北海道選手団 ジュニア強化ブロック合宿 動向

北海道中体連柔道専門委員会
委員長 中川秀樹

日程	動向	備考	メモ
10月11日 (金)	9:00 新千歳空港集合(各自)		各自780円用意のこと 宮城県仙台市太白区根岸町15-1 宮城県仙台市太白区東郡山2丁目49-5 022-304-1131
	10:10 千歳発	JAL 2902 J-AIR運航	
	11:20 仙台着		
	昼食	空港内	
	12:06 仙台空港駅発	仙台空港アクセス線・仙台行	
	長町駅着・発		
	長町一丁目着	仙台市営南北線・泉中央行	
	徒歩		
	12:30 到着	宮城県第二総合運動場	
	13:30 集合・受け付け		
	15:00 稽古開始		
17:00 稽古終了			
移動	ホテルルートイン仙台長町インター		
19:00 夕食			
19:00 自由時間			
22:00 就寝			
10月12日 (土)	5:30 起床		
	6:00 トレーニング開始		
	7:00 トレーニング終了		
	7:30 朝食		
	9:30 稽古開始		
	11:30 稽古終了		
	12:00 昼食		
	13:30 稽古開始		
	17:30 稽古終了		
	16:00 アンチドーピング講義		
	17:00 講義終了		
移動			
19:00 夕食			
自由時間			
22:00 就寝			
10月13日 (日)	5:30 起床		
	6:00 トレーニング開始		
	7:00 トレーニング終了		
	7:30 朝食		
	9:30 稽古開始		
	11:30 稽古終了		
	12:00 昼食		
	13:30 稽古開始		
	15:30 稽古終了		
	移動		
	19:00 夕食		
自由時間			
22:00 就寝			
10月14日 (月)	5:30 起床		
	6:00 トレーニング開始		
	7:00 トレーニング終了		
	7:30 朝食		
	9:30 稽古開始		
	11:00 稽古終了		
12:00 昼食			
15:00 仙台空港着			
16:00 仙台空港発	ADO75		
17:15 千歳空港着			
解散			