

平成23年7月20日

関係者各位

宇摩ジュニアクラブ
監督 渡部振一郎

大阪三島地区合宿について

- 1 日時 平成23年8月6日(土)～9日(火)
- 2 参加校 茨木清陵中・茨木南コハイト・四国中央市合同・北条北・城西中・愛媛 Jr.
- 3 場所

1日目(6日)・・・スカイフィールド B面	北条北・四国中央
2日目(7日)・・・スカイフィールド B面	北条北・四国中央・愛媛 jr.
3日目(8日)・・・スカイフィールド B面・メイン	城西中・愛媛 jr. 四国中央
4日目(9日)・・・スカイフィールド B面	四国中央
- 4 宿泊場所

ホテルグランフォーレ 〒799-0403 愛媛県四国中央市三島朝日 1-1-30 TEL0896-23-0770 (清陵中・茨木南中・愛媛 jr.)	
ホテルマイルド 〒799-0403 愛媛県四国中央市三島朝日 3-1-12 TEL0896-24-3090 (北条北中)	

5 日程

6日(土) B面	7日(日) B面	8日(月) B面	8日(月) メイン
		8:00 グラント準備	
9:00 グラント集合	9:00 ウォームアップ	9:00 ウォームアップ	
10:00 グラント準備	10:00 北条B・清陵B	10:00	10:00 城西A・清陵A
	10:30 四中B・茨木B	10:30	10:30 城西A・茨木A
11:00 ウォームアップ	11:00 北条A・清陵A	11:00	11:00 1年・1年
	11:30 四中A・茨木A	11:30	11:30 愛 Jr.A・清陵A
12:00 昼食	12:00 昼食	12:00	12:00 愛 Jr.A・茨木A
13:00 練習開始	13:00 愛 jrA・清陵B	13:00	13:00 1年・1年
14:00 清陵A・北条A	13:30 愛 jrA・茨木B	13:30	13:30 城西A・清陵A
14:30 茨木A・四中A	14:00 北条A・茨木A	14:00	14:00 愛 Jr.A・茨木A
15:00 清陵B・四中B	14:30 四中A・清陵A	14:30	14:30 1年・1年
15:30 茨木B・北条B	15:00 愛媛選・三島選	15:00	15:00 城西A・茨木A
16:00 清陵A・四中A	15:30 1年・1年	15:30	15:30 愛 jr.A・清陵A
16:30 茨木A・北条A	16:00 クールダウン	16:00 クールダウン	16:00 ALL・ALL
17:00 クールダウン	17:00 解散		16:30 クールダウン
17:30 解散			
			9日(火) B面
19:30 懇親会			9:00 ウォームアップ
			10:00～12:00 合同練習