



METAサッカースクール強化合宿@神栖 3/29(土)~31(月)

日程/時間	2025年3月29日(土)	2025年3月30日(日)	2025年3月31日(月)
7:00-7:30		7:00起床	7:00起床
7:30-8:00			
8:00-8:30		朝食	朝食
8:30-9:00			
9:00-9:30	9:30@旅館集合	戦術講座(マーク/アプローチ/カバー)	戦術講座「各カテゴリーの課題」
9:30-10:00	移動	移動	移動
10:00-10:30			
10:30-11:00	10:00-11:30「紅白戦」	10:00-11:30「認知/サポート」	10:00-11:30「各カテゴリー課題TR」
11:00-11:30			
11:30-12:00	移動		
12:00-12:30		休憩/昼食	休憩/昼食
12:30-13:00	休憩/昼食		
13:00-13:30	移動(バス)	12:30-14:00「守備原則」	12:30-14:00「紅白戦」
13:30-14:00			
14:00-14:30		休憩	終了賞授与
14:30-15:00			解散(14:30)
15:00-15:30		14:30-16:00「デスマルケ」	
15:30-16:00	鹿島vs神戸 親戦		
16:00-16:30		移動	
16:30-17:00			
17:00-17:30	移動(バス)	入浴/食事	
17:30-18:00			
18:00-18:30			
18:30-19:00	入浴/食事	メンタル講座	
19:00-19:30			
19:30-20:00	戦術講座(認知/サポート/デスマルケ)	レクリエーション	
20:00-20:30			
20:30-21:00	自由時間	自由時間	
21:00~	就寝	就寝	