

SAGスキークラブ 月間予定表(6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							
2週目	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
TR名	TRY TRAINING		TRY TRAINING			ピスラボ30day's	TRY TRAINING
会場	清見小体育館		清見小体育館				高山工業高校
時間	19:00-21:00		19:00-21:00			9:00-15:00	9:30-12:00
指導者	連盟コーチ		佐藤絵里他			井上春樹他	
3週目	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
TR名	TRY TRAINING		TRY TRAINING			ピスラボ30day's	
会場	清見高齢者運動広場		清見小体育館				
時間	19:00-21:00		19:00-21:00			9:00-15:00	
指導者	連盟コーチ		佐藤絵里他			井上春樹他	
4週目	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
TR名	TRY TRAINING		TRY TRAINING			ピスラボ30day's	TRY TRAINING
会場	清見高齢者運動広場		清見小体育館				ビックアリーナ
時間	19:00-21:00		19:00-21:00			9:00-15:00	9:30-12:00
指導者	連盟コーチ		佐藤絵里他			井上春樹他	連盟コーチ
5週目	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
TR名	TRY TRAINING		TRY TRAINING			ピスラボ30day's	
会場	清見高齢者運動広場		清見小体育館				
時間	19:00-21:00		19:00-21:00			9:00-15:00	
指導者	連盟コーチ		佐藤絵里他			井上春樹他	

★連絡事項

1 ピスラボ30day'sの日程	
7:00	高山市出発
8:15	会場到着(現地集合の場合は、8:20までにセンター1階に集合してください)
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	会場出発
16:15頃	高山市到着予定
2 TRY TRAININGについて	
6月は、熱中症が発生しやすい時期です。前日の睡眠時間、食事等体調管理をしっかり行いましょう。着替え、飲み物、日曜のトレーニングは外で行う場合もありますので、運動に適した帽子の準備もお願いします。	
* 清見高齢者運動広場は清見小学校体育館の隣にある清見B&Gが管理する室内運動場です。トレーニングシューズ(外用)での活動となりますのでお願いします。	