

# SAGスキークラブ 月間予定表【9月】

内容	月	火	水	木	金	土	日
1週目							1日
TR名 会場 時間 指導者							TRY TRAINING 高山工業高校 9:30-12:00 連盟コーチ
2週目	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 山王小体育館 19:00-21:00 連盟コーチ		TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 佐藤絵里他			TRY TRAINING 連盟コーチ	
3週目	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 連盟コーチ		TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 佐藤絵里他			ピスラボ30day's 9:00-15:00 井上春樹他	ピスラボ30day's 9:00-15:00 井上春樹他
4週目	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 連盟コーチ		TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 佐藤絵里他			ピスラボ30day's 9:00-15:00 井上春樹他	ピスラボ30day's 9:00-15:00 井上春樹他
5週目	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 連盟コーチ		TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 佐藤絵里他			ピスラボ30day's 9:00-15:00 井上春樹他	ピスラボ30day's スキー場イベントのため中止
6週目	30日						
TR名 会場 時間 指導者	TRY TRAINING 清見小体育館 19:00-21:00 連盟コーチ						

## ★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

\* バランスボールを持っている選手は、つぶした状態で持ってきてください

\* 9月以降ピスラボ参加選手が増えることが予想され、高山市からのバス乗車人数を事前に把握させていただきたいと考えます。欠席連絡には必ず、水曜日までに高橋までご連絡願います。

※9月からのピスラボでは、トレーニング進行状況によりショートポールトレーニングを行う場合があります。その際は500円を徴収させていただきますので、よろしくお願いいたします。

### 2 TRY TRAININGについて

1) 日曜日について、天候が良ければ外での活動がメインとなります。キャップや保冷できるボトルなど、熱中症対策をお願いいたします。

2) 9月2日(月)山王小小学校にて行います。お間違えのないよう集合してください。

3) 9月7日(土)はSAG普及部が主催する西穂岳トレッキングツアーに参加を予定しています。参加希望の方は、別紙要項をご確認いただき、各自申し込みをお願いします。(参加料は現地にて徴収いたします)