

《記入例》

練習および研修計画表

団体名 玉スポ高校サッカー部

	第 1 日		第 2 日		第 3 日		第 日		第 日	
	3 日	土 曜日	4 日	日 曜日	5 日	月 曜日	日	曜日	日	曜日
	内容	場所	内容	場所	内容	場所	内容	場所	内容	場所
6:00										
6:30			起床・洗面 清掃		起床・洗面 清掃					
7:00					朝食	食堂				
7:30			↑ 朝食	食堂	↓					
8:00			↓							
8:30					部屋点検					
9:00			↑		↑					
9:30										
10:00										
10:30	到着									
11:00	↑ 練習	球技G (雨天時 大体)								
11:30	↓									
12:00	↑ 昼食	食堂	試合 昼食(弁当)	球技G グラウンドにて (雨天時 大体)	試合 昼食(弁当)	球技G グラウンドにて (雨天時 大体)				
12:30	↓									
13:00										
13:30										
14:00	休憩									
14:30	↑									
15:00										
15:30	↓ 練習	球技G (雨天時 大体)								
16:00										
16:30	↓				退所					
17:00	入室・オリエンテーション		↑ 入浴							
17:30	↑ 入浴		↓							
18:00	↓									
18:30	↑ 夕食	食堂	↑ 夕食	食堂						
19:00	↓		↓							
19:30										
20:00										
20:30	↑ ミーティング	第二研修室								
21:00	↓									
21:30										
22:00	消灯		消灯							
22:30										
23:00										

施設使用や食事について、開始時刻・終了時刻がわかるよう、矢印をご記入ください。

食事時間・入浴時間は他の宿泊団体と重なる場合、変更をお願いする場合があります。

玉野スポーツセンター

- 計画表は詳細に記入すること。
- 使用場所は、体育館、陸上グラウンド、球技場、テニスコート、研修室、プール、キャンプ場 等 と記入すること。
- 雨天時の使用場所は、あらかじめ連絡すること。
- 入所の際、当センターの職員によるオリエンテーションを行うので、忘れずに記入すること。
- ※チェックインは15時以降。チェックアウトは10時まで。