

行 程:

8月12日 (金)

7:30 JR石川町駅付近集合

マイクロバスにて山中湖へ



10:30 練習開始

12:30 昼食

14:00 練習・マッチ練習

17:00 練習終了 コート整備 お風呂

18:30 夕食

20:30 ミーティング&ボディケア

21:30 就寝

8月13日 (土)

6:30 起床

7:00 朝ヨガ・ウォームアップ

7:30 朝食

9:00 練習・コーディネーション

12:00 昼食

14:00 練習・練習マッチ

17:00 練習終了 コート整備 お風呂

18:30 パーベキューパーティー

20:30 ミーティング&ボディケア

21:30 就寝

8月14日 (日)

6:30 起床

7:00 朝ヨガ・ウォームアップ

7:30 朝食

9:00 練習・練習マッチ

12:30 昼食

14:30 山中湖を出発

18:00 JR石川町駅付近到着



※天候の影響などにより、キャンプの行程を変更する場合があります。ご了承ください。