

2025年度 FIDバスケットボール 第1次強化合宿全体スケジュール

時間	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日
6:00		シューティング	シューティング	シューティング
6:30		↓	↓	↓
7:00		朝食	朝食	朝食
7:30				
8:00		フィジカルチェック・テーピング	フィジカルチェック・テーピング	フィジカルチェック・テーピング
8:30				面談③
9:00		練習開始②	練習開始④	練習開始⑥
9:30		↓	↓	↓
10:00	限定スタッフJR清水駅集合			
10:30	限定スタッフ会場着→会場設営（コート）			
	選手・スタッフJR清水駅集合			
11:00	選手・スタッフ会場着→部屋鍵渡し、服飾渡し	↓	↓	↓
11:30		練習終了	練習終了	練習終了・撤収開始
12:00	昼食	昼食	昼食	昼食
12:30	会場設営（いす、机、シート）			
13:00	選手フィジカルチェック（磯崎T）	テーピング、ケア	テーピング、ケア	
13:30	スタッフミーティング	スタッフミーティング（3Fエントランス）	スタッフミーティング	会場出発→JR清水駅
14:00	全体ミーティング	男子チームミーティング（3Fエントランス）	面談①	解散
14:30	練習開始①	練習開始③	練習開始⑤	
15:00	↓	↓	↓	
15:30	↓	↓	↓	
16:00	↓	↓	↓	
16:30	↓	↓	↓	
17:00	練習終了	練習終了	練習終了	
17:30				
18:00	夕食	夕食	夕食	
18:30				
19:00				
19:30	シューティング	シューティング	シューティング 面談②	
20:00	↓	↓	↓	
20:30	↓	↓	↓	
21:00	入浴・ケア開始	入浴・ケア開始	入浴・ケア開始	
21:30				
22:00				
22:30				
23:00	就寝	就寝	就寝	