

競技者育成プログラムに基づくU19カテゴリー対象の有望競技者発掘育成合宿スケジュール（予定）

| 1月20日(金) | | 1月21日(土) | | 1月22日(日) | | 1月23日(月) | | 1月24日(火) | |
|----------|------------------------------|----------|--------------------|----------|---------------------|----------|-------------------------------------|----------|---------------------------------|
| | | 6:00 | 朝食 | 6:00 | 朝食 | 6:00 | 朝食 | 6:00 | 朝食 |
| | | 9:00~ | トレーニング 1.8km B2 | 9:00~ | トレーニング 2.1km B1 | 9:00 | トレーニング 男子 2.0km B2 女子 C2レクチャー | 8:30~ | トレーニング 2.1km B1 |
| | | 11:30~ | 昼食 | 11:30~ | 昼食 | 11:30~ | 昼食 | 11:00 | 全体ミーティング (JISS艇庫2F) 解散(昼食各自) |
| 13:00 | 13:00 全体ミーティング JISS戸田艇庫2F | | | 13:30 | 指導者研修会(ミーティング) | 14:00 | トレーニング 女子 2.0km B2 男子 C2レクチャー | | |
| 14:30 | トレーニング 1.5km B1 | 14:30~ | トレーニング 1.8km B1 | 15:00 | 選手対象ミーティング | | | | |
| 17:00 | スタッフミーティング | 17:00 | スタッフミーティング | | | 17:00 | スタッフミーティング | | |
| 18:00 | 夕食 入浴各自 | 18:00 | 夕食 入浴各自 | 18:00 | 夕食 入浴各自 | 18:00 | 夕食 入浴各自 | | |
| 19:00 | 全体ミーティング (JISS艇庫2F) | | | 19:00 | 全体ミーティング (JISS艇庫2F) | | | | |
| 19:30 | コーチミーティング | | | 19:30 | コーチミーティング | | | | |
| 22:00 | 消灯 | 22:00 | 消灯 | 22:00 | 消灯 | 22:00 | 消灯 | | |