

# AFS | 2023年7月

## 選手スケジュール|2週間プログラム



BANGKOK



ESTD

2016

# AFS

ASIA FOOTBALL SHOWCASE

# PLAYER ID TRIAL

## 2週間

### 7月16日 (日)

16:00 - チェックイン  
18:00 - 19:00 - ディナー

### 17日 (月)

07:30 - 08:30 - 朝食 (@PALM BREEZE)  
09:00 - 出発 (@ THE FOUNTAIN)  
10:00 - 11:30 - 試合前日練習  
13:00 - ランチ @PALM BREEZE  
15:00 - 16:00 - 案内説明  
17:30 - 20:00 - ディナー

### 18日 (火)

08:30 - 09:30 - 朝食 (@PALM BREEZE)  
10:00 - 11:00 - 自由  
11:30 - 12:30 - ランチ (@ PALM BREEZE)  
13:00 - 出発 (@ THE FOUNTAIN)  
15:00 - 17:00 - トライアウトマッチ  
18:30 - 19:30 - ディナー (@ PALM BREEZE)

### 19日 (水)

08:00 - 09:00 - 朝食  
(@ PB & UPDATE L/D MEALS)  
09:00 - 09:30 - ミーティング@  
COCONATS & プールリカバリー  
12:00 - 13:30 - ランチ(@ PALM BREEZE)  
13:30 - 17:30 - 自由時間  
17:30 - 18:30 - ディナー (@ PALM BREEZE)



## 20日 (木)

07:30 - 08:30 - 朝食 (@ PALM BREEZE)  
09:00 - 出発 (@ THE FOUNTAIN)  
10:30 - 12:30 - トレーニング&試合準備  
13:30 - 14:30 - ランチ @PALM BREEZE  
14:30 - 17:30 - 休息とリカバリー  
17:30 - 18:30 - ディナー

## 22日 (土)

07:00 - 08:00 - 朝食  
08:00 - 出発 (@ THE FOUNTAIN)  
09:00 - 12:00 - SHOWCASE PROGRAM  
13:00 - チェックアウト  
13:15 - 14:30 - ランチ & 評価 (@PB)  
15:00 - 各自チームへのトリアウト

## 24日 (月)

08:00 - 09:00 - 朝食  
10:00 - 11:00 - 自由時間  
12:00 - 13:30 - ランチ  
16:00 - 18:00 - チームでのトレ  
ーニング  
18:30 - 19:30 - ディナー

## 21日 (金)

08:00 - 09:30 - 朝食  
10:00 - 11:00 - ストレッチ (GYM)  
12:00 - 13:00 - ランチ (@ PALM BREEZE)  
13:10 - 出発 (@ THE FOUNTAIN)  
15:00 - 17:00 - SHOWCASE PROGRAM  
18:15 - 20:00 - ディナー

## 23日 (日)

08:00 - 09:00 - 朝食  
10:00 - 11:00 - 自由時間  
12:00 - 14:00 - ランチ  
14:00 - 17:30 - 自由時間  
17:30 - 18:30 - ディナー

## 25日 (火)

08:00 - 09:00 - 朝食  
10:00 - 11:00 - 自由時間  
12:00 - 13:30 - ランチ  
16:00 - 18:00 - チームでのトレ  
ーニング  
18:30 - 19:30 - ディナー



## 26日 (水)

08:00 - 09:00 - 朝食  
10:00 - 11:00 - 自由時間  
12:00 - 13:30 - ランチ  
16:00 - 18:00 - チームでのトレ  
ーニング  
18:30 - 19:30 - デイナー

## 28日 (木)

08:00 - 09:00 - 朝食  
10:00 - 11:00 - 自由時間  
12:00 - 13:30 - ランチ  
16:00 - 18:00 - チームでのトレ  
ーニング  
18:30 - 19:30 - デイナー

## 27日 (木)

08:00 - 09:00 - 朝食  
10:00 - 11:00 - 自由時間  
12:00 - 13:30 - ランチ  
16:00 - 18:00 - チームでのトレ  
ーニング  
18:30 - 19:30 - デイナー

## 29日 (金)

09:00 - 10:00 - 朝食  
10:00 - 11:00 - 自由時間  
11:30 - 12:30 - ランチ  
12:30 - 13:30 - 契約 OR チェックアウト