

期日	都市	時間	移動手段	施設	行程	備考
7月23日（土）	上海	朝	貸切バス		上海→浙江省安吉	9:30発（9:15集合）
	浙江省安吉	午前		安吉国際郷村倶楽部	練習①	10:30～12:00
		昼			昼食	
		午後			練習②	14:30～17:00
		夜		安吉国際郷村倶楽部	夕食	
					自主練習	練習可
					研修	
7月24日（日）	浙江省安吉	朝		安吉国際郷村倶楽部	練習③	6:30～7:30（自主練習）
					朝食	
		昼			練習④	9:00～12:00
		午後			昼食	
					練習⑤	14:30～17:00
					夕食	
		夜			研修	
7月25日（月）	浙江省安吉	朝		安吉国際郷村倶楽部	練習⑥	6:30～7:30（自主練習）
					朝食	
		昼			練習⑦	9:00～12:00
		午後			昼食	
					ラフティング	14:30～17:00
					夕食	
		夜			研修	
7月26日（火）	浙江省安吉	朝		安吉国際郷村倶楽部	練習⑧	6:30～7:30（自主練習）
					朝食	
		午前			練習⑨	9:00～12:00
		昼			昼食	
	上海	午後			浙江省安吉→上海	17:00到着予定