

# 北上 F. C. Jr 夏休み期間予定表 2010 prepared

\*テーマ・・・(各自のよさ)×人数で、計算できないフラズアルファを!

月日	曜日	時間	場所	内容	備考
7・24	土	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	全学年
25	日	14:00~ 16:00	西京極補 助グラウンド	京信リーグ	全学年
27	火	13:00~ 15:00	宝ヶ池 フットサル場	強化スク ール	全学年 (有料)
31	土	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	全学年
8・1	日	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	全学年
3	火	15:00~ 18:00	左京地域 体育館	トレーニング	4年生以上
5	木	13:00~ 15:00	宝ヶ池グラ ウンド	強化スク ール	全学年 (有料)
7	土	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	全学年
8	日	詳細後日	宝ヶ池 フットサル場	フットサル リーグ	3年生以上
9	月	13:00~ 16:30	紫野高校 グラウンド	練習 マッチ	4年生以上 対太秦
11	水	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	全学年
12	木	11:00~ 17:00	八幡市民 (体育館)G	トレーニング	4年生以上 対ハニース

- 先月の京都ガールズ8で、見事に関西ガールズ8への出場権を得ました。いいゲームと、いいプレーの積み重ねの結果です。さらに関西ガールズ8でジャンプアップしましょう。頭、心、体において、すべていい準備をしましょう。少しハードな日程です。選手諸君につかれが見えるようでしたら、遠慮なく申し出てください。



○ 本番 13日 14日については後日プリントにて知らせます。21日 22日はオフにします。活動再開は28日 29日からです。(監督)

○ 夏場のポイントは、一生懸命練習して、一生懸命水分補給して、一生懸命ご飯を食べて、一生懸命早寝することです。

宿題を溜め込んでいると、良いプレーは出来ません。これはウソのような本当の話です。(コーチ)