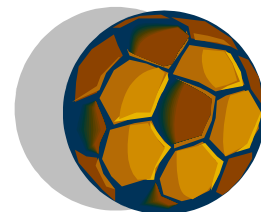


# 北上 F. C. Jr. 1 月予定表

PREPARED

\*テーマ・・・確認しよう。「素早い攻守の切り替えが北上の良いところ」

月日	曜日	時間	場所	内容	備考
15	土	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	・全学年
16	日	1・11:20 2・13:40	太秦小	京都リーグ	・4年生以上
22	土	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	・全学年
23	日	1・11:20 2・13:00	山田荘小	京都リーグ	・4年生以上
29	土	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	・全学年
30	日	9:00~ 11:00	宝ヶ池公園	トレーニング	・全学年



ボールが外に出た瞬間、相手よりも早く動こう。攻めも守りもスローインも。  
誰のものでも無いボール(リースボール)は、1秒でも早く自分のものにしよう。  
練習のときから、心がけていないと、試合で急にできませんよ。(コーチ)