

# 2019 ラソス香月SSC LAZOS KATSUKI SSC TR計画 [土・日・祝]

5月	平日の 練習日 (香月小G)	1~2年生	火・金	17:30~19:15	 
		3~4年生	火・水・金	17:30~19:15	
		5~6年生	火・水・金	17:30~19:15	
<b>ラソス香月SSCホームページ</b> <a href="http://lazos-nagakura54.sunnyday.jp/">http://lazos-nagakura54.sunnyday.jp/</a> <b>【ラソス香月で検索可能】</b>					

- ◇ チームTRのない日は、各自で個人TRをしましょう。特にボールリフティングは、全員が必ずできるようになります。
- ◆ TR計画は天候やチーム事情等に応じて変更する場合があります。その場合は、文書・メール・HPなどで連絡します。

月	日	曜	トレーニング計画	○練習 ○試合 ☆トレセン ★女子トレセン	U-7	U-8	U-9	U10	U11	U12
					1年	2年	3年	4年	5年	6年
4	27	土	香月TR 9:00~12:00 (香月小G) 《3~6年生》	+ 連 休						
	28	日	『北九州U12リーグ③』 (香月小G) 《5~6年生》						○	○
	29	祝月								
	30	休火								
5	1	祝水	休 み (6連休) 有意義に過ごしましょう!!							
	2	休木								
	3	祝金								
	4	祝土								
	5	祝日		香月TR 14:00~17:00 (香月小G) 《3~6年生》				○	○	○
	6	休月		『北九州U12リーグ④』 (香月小G) 《5~6年生》					◎	◎
	11	土	香月TR 9:00~12:00 (香月小G) 《4年生/6年生》	『福岡県プレミアU11②』 (平和台G) 《5年生》				○	◎	○
	12	日		『北九州U12リーグ⑤』 (香月小G) 《5~6年生》					◎	◎
	18	土	『第4回アビスパ福岡U10カップ』	香月TR 9:00~12:00 《5~6年生》	地区運動会準備(午後)				◎	○
	19	日	(宗像グローバルG) 【香泊】 《4年生》	『U12リーグ』【予備日】 《5~6年生》	香月西自治区会運動会				◎	◎
	25	土	『5月トレセンデー』【西部/北九州/福岡県】	『Jrスポーツ測定』 (香月小G)	運動会前日(土曜日授業あり)					☆
	26	日	休 み		多くの小学校で運動会あり					
6	1	土	『前期・北九州U11リーグ①』【1部】 《4~5年生》		運動会前日(土曜日授業あり)				◎	◎
	2	日	『後期・北九州U12リーグ①』《6年生》	『プレミアU11③』 (行橋G) 《5年生》	多くの小学校で運動会あり				◎	◎
	8	土	『前期・北九州U11リーグ②』【1部】 《4~5年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/6年生》				◎	◎	◎
	9	日	『後期・北九州U12リーグ②』【3部】 《5~6年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/5年生》				◎	◎	◎
	15	土	『前期・北九州U11リーグ③』【1部】 《4~5年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/6年生》				◎	◎	◎
	16	日	『後期・北九州U12リーグ③』【3部】 《5~6年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/5年生》				◎	◎	◎
	22	土	『香月U8/U9TRM』【午前】 (香月小G) 《1~3年生》	『6月トレセンデー』【西部支部/北九州地区/福岡県】	◎	◎	◎	○	○	○
	23	日	『後期・北九州U12リーグ④』【3部】 《5~6年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/5年生》				◎	◎	◎
	29	土	『前期・北九州U11リーグ④』【1部】 《4~5年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/6年生》				◎	◎	◎
	30	日	『後期・北九州U12リーグ⑤』【3部】 《5~6年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/5年生》				◎	◎	◎
7	6	土	『前期・北九州U11リーグ⑤』【1部】 《4~5年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/6年生》				◎	◎	◎
	7	日	『後期・北九州U12リーグ⑥』【3部】 《5~6年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/5年生》				◎	◎	◎
	13	土	『前期・北九州U11リーグ⑥』【1部】 《4~5年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/6年生》				◎	◎	◎
	14	日	『後期・北九州U12リーグ⑦』【3部】 《5~6年生》	「香月TRM」 (香月小G) 《4年生/5年生》				◎	◎	◎
	15	祝月	『U11リーグ』【予備日】	『U12リーグ』【予備日】				◎	◎	◎
	19	金	小学校/中学校 1学期 終業式		香月TR 17:30~19:15 《1~6年生》	○	○	○	○	○

★ みんなの大好きなサッカーです。規則正しい生活で体調を整え、暑さ・寒さに負けず、毎日休まずトレーニングに参加しましょう。

※ 今年度も土曜日授業・日曜参観・集会など土日の学校行事が多いため、TR計画は直前で追加・変更になる可能性があります。

ラソス香月SSC 代表/監督 永倉 克哉	自宅TEL/FAX 093-603-5802 携帯TEL 090-6293-3316
	nagakura41@jcom.home.ne.jp lazokatsukissc51@gmail.com