




10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	
ラソス香月SSCホームページ http://lazos-nagakura54.sunnyday.jp/ 【ラソス香月で検索可能】 ↑QRコード(HP・FB)					

◇ 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しょう。
 ◆ 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・大会・遠征 ☆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
9	30	土	『ラソス1dayリーグU9/U10/U11』(香月小G)《3~5年生》		U12TRM (RSパークG)《6年生》			◎	◎	◎
10	1	日	午後TR (香月小G)《3~6年生》		「サッカー代表者会議」18:00《永倉》			○	○	○
	7	土	午後TR《3~4年生》	『アモールU11カップ』(行橋G)《5年生》	『下関北U12カップ』(乃木浜G)《6年生》	保育園運動会(体育館)				
	8	日	午前TR (香月小G)《3~4年生》	「オリेंटU11TRM」(飯塚G)《5年生》		『レストライザック招待県交流会U12』【宿泊】				
	9	祝月	午前TR (香月小G)《3・5年生》	『BUKI・U10TRM』(郊田日産G)《4年生》		(山口県長門市俵山G)《土6年生+日5年生6名》				
	14	土	午後TR (香月小G)《1~6年生》	←『FCビゴールU12とのTRM』		小学校行事あり				
	15	日	午後TR (香月小G)《3~6年生》	←『FC立岩U11/U12とのTRM』		小学校行事あり				
	21	土	午前TR《3~5年生》	『第47回全日本U12サッカー大会北九州ブロック・福岡県大会決定戦』14:00(北九州FC)《5~6年生》						
	22	日	午後TR (香月小G)《3~6年生》	←『ビゴールU10/U11/U12TRM』		小学校行事あり				
	28	土	午後TR (香月小G)《1~6年生》			小学校行事あり				
	29	日	午後TR (香月小G)《3~6年生》			小学校行事あり				
11	3	祝金	午後TR (香月小G)《3~4年生》	1日TR (香月小G)《5~6年生》						
	4	土	午後TR (香月小G)《3~6年生》	『U12TRM』(田川市総合G)《5~6年生》		午前中・香月小G使用不可				
	5	日	午前TR (香月小G)《3~4年生》	1日TR (香月小G)《5~6年生》		「サッカー代表者会議」18:00《永倉》				
	11	土	午後TR (香月小G)《1~6年生》	←全日本U12福岡県大会前日TR		○ ○ ○ ○ ○ ○				
	12	日	午前TR (香月小G)《3~6年生》	『第47回全日本U12福岡県大会①』(会場未定)《5~6年生》						
	18	土	午後TR (香月小G)《1~6年生》			『JFA第46回全日本U12サッカー大会				
	19	日	午前TR (香月小G)《3~6年生》			福岡県大会②③(福岡地区会場)				
	23	祝木	午前TR (香月小G)《3~6年生》	『新宮FC招待U11ミニカップ』(糟屋郡新宮ふれあいの丘公園G)《5年生》						
	25	土	午後TR (香月小G)《1~6年生》			○ ○ ○ ○ ○ ○				
	26	日	午前TR (香月小G)《3~6年生》			○ ○ ○ ○ ○ ○				
12	2	土	『俵山ジュニアサッカーU10/U11大会』【宿泊】	『第17回義崇杯U12大会』【日帰り】		U12予選かも…				
	3	日	(山口県長門市俵山G)《4年生/5年生》	(大分県中津市小祝G)《6年生》		U12予選かも…				
	9	土	午前TR (香月小G)《1~5年生》	『第55回九州U12北九州予選』(香月中央公園G)《5~6年生》						
	10	日	午前TR (香月小G)《3・5年生》	『RAIDカップU10』(山口きらら博G)《4年生》	『九州U12予選』(香月中央G)《5~6年生》					
	22	金	『北九州市立小中学校など 2学期終業式』		夕方TR (香月小G)《1~6年生》					
	23	土	『ラソス1dayリーグU9/U10/U12』(香月小G)《3・4・6年生》		『第44回北九州近県U11大会』					
	24	日	『ラソス1dayリーグU9/U10/U12』(香月小G)《3・4・6年生》		(若松コスモスG)《5年生》					
	25	月	休み		※大分「カティオーラ」を世話					
	26	火	午前TR (香月小G)《3~6年生》			○ ○ ○ ○ ○ ○				
	27	水	『2023 練習納め』9:00~12:00(香月小G)《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。

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 lazos-nagakura53@ezweb.ne.jp
	lazoskatsukissc51@gmail.com lazoskatsukissc51@yahoo.co.jp