

11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・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
11	3	祝金	午前TR(香月小G)《3~4年生》	1日TR(香月小G)《5~6年生》 ←5~6年生は昼食持参			○	○	○	○
	4	土	午後TR(香月小G)《4~5年生》	『U9/U12TRM』(田川市総合G)《3/5~6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」18:30(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)《3~5年生》	『第47回全日本U12福岡県大会①』(筑後広域G)《5~6年生》				○	○	◎
	18	土	午後TR(香月小G)《1~6年生》	『全日U12県大会②』(福岡FC)《5~6年生》 「トレセン大会報告会」18:00(永倉)	○	○	○	○	◎	◎
	19	日	午前TR(香月小G)《3~6年生》	『第47回全日本U12福岡県大会③』(福岡FC)《5~6年生》				○	○	◎
	23	祝木	午前TR(香月小G)《3~6年生》	『第9回新宮オータムカップU11』(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》	トレセンデー(県・市・西部)	○	○	○	○	○	☆
	26	日	午前TR(香月小G)《3~6年生》	←『FC立岩U11/U12とのTRM』				○	○	◎
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】				◎	◎	◎
	3	日	(山口県長門市俵山人工芝G)《4年生/5年生》	(大分県中津市小祝G)《6年生10名》				◎	◎	◎
	9	土	午後TR(香月小G)《1~6年生》	『レノファ山口カップU10』(山口市きらら博記念公園G)《4年生》	○	○	○	◎	○	○
	10	日	午前TR(香月小G)《3~6年生》	『RAIDカップU10大会』(山口市きらら博記念公園G)《4年生》				○	◎	○
	16	土	午後TR(香月小G)《1~5年生》	『九州U12予選』2次《5~6年生》 トレセンデー(県・市)	○	○	○	○	◎	☆
	17	日	午前TR(香月小G)《3~5年生》	『第55回九州U12北九州予選』2次(北九州FC他)《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	U11チーム以外は休み		「山口SS・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》			○	○	○	○	○
12/28(木)~1/3(水) 年末年始の休み 《けがや病気のないように……》										
1	4	木	『第34回行橋コスモスカップU12大会』						◎	◎
	5	金	(行橋総合G・行橋市サッカー場人工芝G)《5~6年生》						◎	◎
	6	土	『2024 初蹴り』(香月小G)《1~5年生》	『九州U12予選』2次《5~6年生》	「サッカー代表者会議」18:30(永倉)	○	○	○	◎	◎
	7	日	午前TR(香月小G)《3~5年生》	『第55回九州U12北九州予選』2次(北九州FC他)《5~6年生》				○	○	◎
	8	祝月	午前TR(香月小G)《3~5年生》	『第55回九州U12北九州予選』2次(北九州FC他)《5~6年生》				○	○	◎
	9	火	『北九州市立小中学校など 3学期始業式』		夕方TR(香月小G)《1~6年生》	○	○	○	○	○
	13	土	午後TR(香月小G)《3~5年生》	『第55回九州U12北九州予選』決ト①(新門司G)《5~6年生》				○	○	◎
	14	日	午前TR(香月小G)《3~5年生》	『第55回九州U12北九州予選』決ト②(新門司G)《5~6年生》				○	○	◎
	20	土	午後TR(香月小G)《3~4年生》	『FINTAカップU11』(防府市キリンレモンG)《5年生》	『九州U12予選』決ト③《5~6年生》				○	◎
	21	日	午前TR(香月小G)《3~5年生》	『第55回九州U12北九州予選』予備日(新門司G)《5~6年生》				○	○	◎
	27	土	午後TR(香月小G)《3・5年生》	『第7回北九州U10大会』《4年生》	『第45回豊津カップU12』				○	◎
	28	日	午前TR(香月小G)《3・5年生》	『第7回北九州U10大会』《4年生》	(豊前天地山G)《5~6年生》				◎	◎
					指前指導講習会				◎	◎

★ 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