



ラソス香月SSC 夏休みトレーニング計画

2024年 0625ver
年【 】

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 1年生	U-8 2年生	U-9 3年生	U10 4年生	U11 5年生	U12 6年生	
7	6	土	TR 09:00~12:00 《3~6年生》	『レストライザック招待俵山U10交流会』	『ギラU8大会』(三菱ケミカルG)《2年生》		◎	○	◎	○	○
	7	日	『ムジゲ杯U9』(折尾朝鮮学校G)《3年生》	(山口県長門市俵山人工芝G)《4年生/宿泊》	『後期北九州U12リーグ』《5~6年生》			◎	◎	◎	◎
	13	土	TR 09:00~12:00 《1~6年生》	『プレミアリーグU11福岡』(福岡市平和台陸上天然芝G)《5年生》		○	○	○	○	◎	○
	14	日	TR 09:00~12:00 《3~4年生》	『レストライザック招待長門U11交流会』	『後期北九州U12リーグ』《6年生》			○	○	◎	◎
	15	祝月	TR 09:00~12:00 《3~6年生》	(山口県長門市俵山人工芝G・ラポールゆや天然芝G)《5年生/宿泊》				○	○	◎	○
	16	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》			○	○	○	○	○	○
	17	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》					○	○	○	○
	18	木	休み								
	19	金	TR 17:30~19:15 《1~6年生》	終業式 or 夏休み前の登校最終日		○	○	○	○	○	○
	20	土	TR 09:00~12:00 《1~6年生》		『トレセンデー』U11選考・U12フェスタ	○	○	○	○	○☆	○☆
	21	日	TR 09:00~12:00 《3~6年生》	『U11交流会』(山口県俵山G)《5年生》	『トレセンデー』U12隣県フェスタ・FFC			○	○	◎	○☆
	22	月	休み	『レストライザック招待俵山U12交流会』(山口県長門市俵山人工芝G)《6年生》							◎
	23	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》			○	○	○	○	○	○
	24	水	TR 17:30~19:15 《3~5年生》	『レストライザック招待俵山U12交流会』(山口県長門市俵山人工芝G)《6年生》				○	○	○	◎
	25	木	休み	『レストライザック招待俵山U11交流会』(山口県長門市俵山人工芝G)《5年生》						◎	
	26	金	TR 17:30~19:15 《1~5年生》		『MSS招待ヒロセプレミアムカップU12』	○	○	○	○	○	◎
	27	土	TR 09:00~12:00 《3~4年生》	『第35回花鶴カップU11大会』	【金曜日朝10名出発・土曜日朝4名出発】			○	○	◎	◎
	28	日	TR 09:00~12:00 《3~4年生》	(古賀グリーンパークG他)《5年生》	(大分県湯布院人工芝G)《6年生/宿泊》			○	○	◎	◎
	29	月	休み	『レノファ山ロウエスト招待U10交流戦』(山口県下関市乃木浜人工芝G)《4年生》					◎		
	30	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》			○	○	○	○	○	○
	31	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》					○	○	○	○
8	1	木	休み	『レノファ山ロウエスト招待U11交流戦』(山口県下関市乃木浜人工芝G)《5年生》						◎	
	2	金	TR 17:30~19:15 《1~5年生》	『レノファ山ロウエスト招待U12交流戦』(山口県下関市乃木浜人工芝G)《6年生》		○	○	○	○	○	◎
	3	土	TR 09:00~12:00 《3~4年生》	『CELESTカップU12大会』	『千代カップU12交流大会』			○	○	◎	◎
	4	日	TR 09:00~12:00 《3~4年生》	(長崎県佐世保市東部G)《5年生/宿泊》	(香月中央公園運動G)《6年生》			○	○	◎	◎
	5	月	休み								
	6	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》			○	○	○	○	○	○
	7	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》	『熊本ピースター招待U11交流会』(グリーンフィールド八女天然芝G)《5年生》				○	○	◎	○
	8	木	休み								
	9	金	TR 17:30~19:15 《1~6年生》			○	○	○	○	○	○
	10	土	『ラソス1dayリーグU9/U10/U11/U12』(香月小G)《3~6年生》					◎	◎	◎	◎
	11	日	『ラソス1dayリーグU9/U10/U11/U12』(香月小G)《3~6年生》					◎	◎	◎	◎
	12	祝月	TR 09:00~12:00 《1~6年生》	『山陽小野田チャレンジカップU12大会』(山口県おのさんサッカーパーク人工芝G)《6年生》		○	○	○	○	○	◎
	13	火									
	14	水	盆休み								
	15	木									
	16	金	TR 09:00~12:00 《5~6年生》	香月盆祭り(香月中央公園G) ※香月小グラウンドは駐車場になるため使用不可						○	○
	17	土	TR 09:00~12:00 《1~5年生》	『CA CELESTカップU12大会』【24チーム参加】		○	○	○	○	○	◎
	18	日	TR 09:00~12:00 《3~5年生》	(長崎県佐世保市東部G・九州文化学園G)《56年生18名/宿泊》				○	○	○	◎
	19	月	休み								
	20	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》			○	○	○	○	○	○
	21	水	TR 17:30~19:15 《3~5年生》	『熊本ピースター招待U12交流会』(グリーンフィールド八女天然芝G)《6年生》				○	○	○	◎
	22	木	休み								
	23	金	TR 17:30~19:15 《1~5年生》	『熊本ピースター招待U12交流会』(グリーンフィールド八女天然芝G)《6年生》		○	○	○	○	○	◎
	24	土	『トレセンデー』U11選考・U12練習会	『第41回楠橋フェスティバルU12』	『第2回亀山カップU12大会』				○	◎☆	◎☆
	25	日	1~3年生は休み(新学期の準備)	(香月中央公園運動G)《56年生》	(山口県下関市乃木浜人工芝G)《56年生》				○	◎	◎
	26	月		休み							
8	31	土	TR 09:00~12:00 《3年生》	『第36回九州ジュニアU11北九州予選』	『SAGAFURUYUCAMP U12大会』			○	◎	◎	◎
9	1	日	TR 09:00~12:00 《3年生》	【1次リーグ】(香月小G)《45年生》	(佐賀市山村広場G)《6年生/宿泊》			○	◎	◎	◎
	7	土	TR 09:00~12:00 《36年生》	『第36回九州ジュニアU11北九州予選』				○	◎	◎	○
	8	日	TR 09:00~12:00 《3年生》	【1次リーグ】(香月小G)《45年生》	『下関北U12大会』(乃木浜G)《6年生》			○	◎	◎	◎
	14	土	TR 09:00~12:00 《34年生》	『第36回九州ジュニアU11北九州予選』	TR 09:00~12:00 《6年生》			○	○	◎	○
	15	日	『FCリベルダーデ第15回毛利杯U10』	【1次リーグ】(香月小G)《5年生》	TR 09:00~12:00 《6年生》				◎	◎	○
	16	祝月	(山口市きらら博G)《4年生/宿泊》	【2次リーグ】(香月小G)《5年生》	TR 09:00~12:00 《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、夏の暑さに負けず、毎日休まずトレーニングに参加しましょう！！(飲料水・ぼうし・汗ふきタオル等持参)