

ラソス香月 S S C 土・日の練習計画

2019年8月16日（金） 永倉 克哉

■ 8月17日（土）

- ① 久留米アザレアU11大会 （GF八女G） 《5年生+4年生3名》
7:00香月小集合出発～8:50会場到着予定
昼食・飲料水・サッカー用具・ぼうし・タオル・着替え

- ② 香月トレーニング （香月小学校G） 《1～4年生 / 6年生》
9:00～12:00 **白ユニフォーム**

■ 8月18日（日）

- ① 香月U8/U9/U10TRM （香月小学校G） 《1～4年生》
8:00香月小集合 1・2年生は午前中で解散
1年生はサッカーができる服装（試合は黄色ビブス使用）
2～4年生は**黄色ユニフォーム（白ユニフォームも持参）**
昼食（3～4年生）・飲料水・サッカー用具・ぼうし・タオル・着替え

- ② 立岩U11TRM （嘉徳郡桂川総合G） 《5年生》
7:30香月小集合出発～8:15会場到着予定
昼食・飲料水・サッカー用具・ぼうし・タオル・着替え

- ③ ヴァイセU12交流会 （長門市ラポール油谷G） 《6年生》
6:30香月小集合出発～8:15会場到着予定
昼食・飲料水・サッカー用具・ぼうし・タオル・着替え

今週も、どの学年も補食は必要ありません。

その分、昼食をしっかり食べさせますので、食べやすいもの・好きなものだけではなく、必要なものをしっかり食べられるようお願いいたします。特に、高学年の選手は、暑い中でも寒い中でも、何でもしっかり食べられる練習も必要ですので、ご家庭でもご協力をよろしくお願いいたします。

★ 暑さに負けず、がんばりましょう！！