

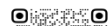




# 2025 ラソス香月SSC TR計画 [土・日・祝]

2025年  
0109ver

|   |                      |       |       |             |   |   |   |
|---|----------------------|-------|-------|-------------|---|---|---|
| 1月  | 平日の<br>練習日<br>(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 <a href="http://lazos-nagakura54.sunnyday.jp/">http://lazos-nagakura54.sunnyday.jp/</a> 【ラソス香月で検索】 ↑ QRコード(HP・FB・IG) |                      |       |       |             |   |   |   |

- ◇ 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  |
| 1 | 4  | 土  | 『新春カップU11』(山口県山陽小野田G)《5年生》                     | 『第35回行橋コスモスカップU12大会』                          |     |     |     |     | ◎   | ◎   |
|   | 5  | 日  |  | (行橋総合G・行橋市サッカー場人工芝G)《6年生》                     |     |     |     |     |     | ◎   |
|   | 6  | 月  | 『2024 練習始め』9:00~12:00(香月小G)《1~6年生》             |   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   |
|   | 7  | 火  | 夕方TR(香月小G)《1~6年生》                              | 『レノファ山口W招待U11』(乃木浜人工芝G)《5年生》                  | ○   | ○   | ○   | ○   | ◎   | ○   |
|   | 8  | 水  | 2025学習開始日                                      | 夕方TR(香月小G)《3~6年生》                             |     |     | ○   | ○   | ○   | ○   |
|   | 11 | 土  | 午前TR(香月小G)《1~6年生》                              |   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   |
|   | 12 | 日  | 午前TR(香月小G)《3~5年生》                              | 『第56回九州U12予選』【2次】(新門司G)《6年生》 「北九州会議」《永倉》      |     |     | ○   | ○   | ○   | ◎   |
|   | 13 | 祝月 | 午前TR(香月小G)《3~4年生》                              | 『プレミアU11福岡』(平和台G)《5年生》 『U12フェスタ』(中津市永添G)《6年生》 |     |     | ○   | ○   | ◎   | ◎   |
|   | 18 | 土  | 午前TR(香月小G)《1~5年生》                              | 『第56回九州U12北九州予選』【決ト①】(香月中央G)                  | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ◎   |
|   | 19 | 日  | 午前TR(香月小G)《3~5年生》                              | 『第56回九州U12北九州予選』【決ト②】(香月中央G)                  |     |     | ○   | ○   | ○   | ◎   |
|   | 25 | 土  | 午後TR(香月小G)《3~4年生》                              | 『第46回豊津カップU12』 トレセンデー(西部/北九州/県)               |     |     | ○   | ○   | ◎   | ◎   |
|   | 26 | 日  | 午前TR(香月小G)《3~4年生》                              | (豊前天地山G)《5~6年生》 『第56回九州U12北九州予選』ベスト4          |     |     | ○   | ○   | ◎   | ◎   |
| 2 | 1  | 土  | 『第8回北九州U10大会』《4年生》                             | 『第27回山口SS交歓U11大会』                             |     |     |     | ◎   | ◎   | ◎   |
|   | 2  | 日  | 『第8回北九州U10大会』《4年生》                             | (山口きらら博天然芝G)《5年生》 (新門司人工芝G)《6年生》              |     |     |     | ◎   | ◎   | ◎   |
|   | 8  | 土  | 午前TR(香月小G)《1~6年生》                              | 『福岡フットボールカップ・U9の部』                            | ○   | ○   | ◎   | ◎   | ○   | ○   |
|   | 9  | 日  | 午前TR(香月小G)《4~5年生》                              | (宗像グローバルG)《3年生・宿泊》                            |     |     | ◎   | ○   | ○   | ◎   |
|   | 11 | 祝火 | 午前TR(香月小G)《3~5年生》                              | 『第8回北九州U10大会』《4年生》                            |     |     | ○   | ◎   | ◎   | ◎   |
|   | 15 | 土  | 『第70回八幡西区大会U12』                                | 『第56回九州ジュニアU12福岡県大会③』(福岡FC)《6年生》              | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ◎   |
|   | 16 | 日  | (新門司人工芝G)《6年生》                                 | 『第56回九州ジュニアU12福岡県中央大会』【予備日】                   |     |     | ○   | ○   | ○   | ◎   |
|   | 22 | 土  | 『ラソスU8/U9/U10/U11』《1~5生》                       | 『新U12トレセン選考会』《5年生選手》                          | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   |
|   | 23 | 日  | 『ラソス1dayリーグU8/U9/U10/U11』(香月小G)《1~5生》          | 『第19回福永杯U12大会』                                | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   |
|   | 24 | 祝月 | 『ラソス1dayリーグU9/U10/U12』《2~6生》                   | 『第1回穴生U11』(香月中央G)《5年生》                        |     | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   | ◎   |
| 3 | 1  | 土  | 『第7回おのだサンパーク杯U10大会』                            | 『箱崎招待U12卒業記念カップ』                              |     |     |     | ◎   | ◎   | ◎   |
|   | 2  | 日  | (山口県山陽小野田市おのサン人工芝G)《4年生》                       | (宮若市西鞍の丘天然芝G)《5年生/6年生》                        |     |     |     | ◎   | ◎   | ◎   |
|   | 7  | 金  | 『北九州市立中学校など 卒業式』 祝! 中学3年生!!                    |   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   |
|   | 8  | 土  |  | 『第22回日専連カップU10大会』(新門司人工芝G)《4年生》               |     |     |     | ◎   |     |     |
|   | 9  | 日  |  | 「北九州会議」18:30《永倉》                              |     |     |     |     |     |     |
|   | 14 | 金  | 『北九州市立小学校など 卒業式』 祝! 小学6年生!!                    |   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   |
|   | 15 | 土  |  | 『第43回山口マツダ杯U11大会』                             |     |     |     |     | ◎   |     |
|   | 16 | 日  |  | (山口県山陽小野田市おのサン人工芝G)《5年生》                      |     |     |     |     | ◎   |     |
|   | 20 | 祝木 | 『2024年度 ラソス香月SSC 卒団式』(午前中・香月小体育館)《全選手・保護者・指導者》 |   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   |
|   | 22 | 土  |  |   |     |     |     |     |     |     |
|   | 23 | 日  |  | 「北九州会議」18:30《永倉》                              |     |     |     |     |     |     |
|   | 24 | 月  | 『北九州市立小中学校など 修了式』                              | 「施設開放会議」19:00《永倉》                             |     |     |     |     |     |     |
|   | 29 | 土  |  | 『第3回サンエイデンタルカップ新U12大会』                        |     |     |     |     | ◎   |     |
|   | 30 | 日  |  | (大分県中津市永添G・禅海ふれあいG)《5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、目標をもってトレーニングに参加しましょう。

|                         |   |  |
|-------------------------|---|--|
| ラソス香月SSC<br>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 |  |