



# ラソス香月SSC 夏休みトレーニング計画

2025年  
0801ver

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
7	5	土	TR 09:00~12:00 《1~6年生》	『レストライザック俵山U10交流会』								○	○	○	◎	○	○
	6	日	『U12リーグ4』《香月小G》《6年生》	《山口県長門市俵山G》《34年生/宿泊》	『プレミアU11』《平和台陸上G》《5年生》										◎	◎	◎
	12	土	『ラソス1dayリーグU9/U10/U11/U12』《香月小G》《3~6生》											◎	◎	◎	◎
	13	日	『ラソス1dayリーグU9/U10/U12』《香月小G》《346生》		『プレミアU11』《平和台陸上G》《5年生》									◎	◎	◎	◎
	18	金	『北九州市立小中学校など 夏休み前最終日』			TR 17:30~19:15 《1~6年生》						○	○	○	○	○	○
8	19	土	TR 09:00~12:00 《1~5年生》	『CELESTEカップU12大会』《長崎県佐世保市東部スポーツ天然芝G他》								○	○	○	○	○	◎
	20	日	『ラソス1dayリーグU9/U10/U11』《香月小G》《3~5年生》	【32チーム参加】《56年生/宿泊》										◎	◎	◎	◎
	21	祝月	TR 09:00~12:00 《346年生》	『プレミアリーグU11福岡』《飯塚市健康の森天然芝G》《5年生》										○	○	◎	◎
	22	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》	『YOUR FC招待U9交流会』《山口県下関市乃木浜人工芝G》《3年生》								○	○	◎	○	○	○
	23	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》	『レノファ山ロウエスト招待U12交流会』《山口県下関市乃木浜天然芝G》《6年生》										○	○	○	◎
	24	木	休 み	『レノファ山ロウエスト招待U11交流会』《山口県下関市乃木浜人工芝G》《5年生》												◎	
	25	金	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	26	土	TR 09:00~12:00 《3~4年生》	『第36回花鶴カップU11大会』	『MSS招待プレミアムカップU12大会』									○	○	◎	◎
	27	日	TR 09:00~12:00 《3~4年生》	《古賀グリーンパークG他》《5年生》	《大分県湯布院スポーツ天然芝G》《6年生/宿泊》									○	○	◎	◎
	28	月	休 み														
	29	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	30	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》	『レストライザック俵山U12交流会』《山口県長門市俵山G》《6年生》										○	○	○	◎
	31	木	レノファ山ロウエストU8/U9との交流試合《香月小G・体育館》《1~3年生》									◎	◎	◎			
	1	金	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	2	土	ラソス1dayリーグU9/U10/U11《香月小G》《3~5年生》		『第11回千代カップU12大会』									◎	◎	◎	◎
	3	日	ラソス1dayリーグU9/U10/U11《香月小G》《3~5年生》		《香月中央公園運動場G》《6年生》									◎	◎	◎	◎
	4	月	休 み														
	5	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	6	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》											○	○	○	○
	7	木	休 み														
	8	金	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	9	土	ラソス1dayリーグU9/U10/U11/U12《香月小G》《3~6年生》											◎	◎	◎	◎
	10	日	ラソス1dayリーグU9/U10/U11/U12《香月小G》《3~6年生》											◎	◎	◎	◎
	11	祝月	ラソス1dayリーグU9/U10/U11/U12《香月小G》《3~6年生》											◎	◎	◎	◎
	12	火	盆休み														
	13	水															
	14	木															
	15	金															
	16	土		香月盆祭り《香月中央公園G》※香月小Gは駐車場になるため使用不可													
	17	日	TR 14:00~17:00 《3~6年生》											○	○	○	○
	18	月	休 み	レインボー長崎歓迎U10/U11交流会《香月小G》《4年生/5年生/6年生》											◎	◎	◎
	19	火	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	20	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》	『熊本ビースターU12大会』《八女東部スポーツ公園天然芝G》《6年生》										○	○	○	◎
	21	木	休 み	『熊本ビースターU11大会』《八女東部スポーツ公園天然芝G》《5年生》												◎	
	22	金	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	23	土	『ラソス1dayカップU10』	『第3回亀山カップU12大会』	『楠橋穴生サマーカップU9/U12』									◎	◎	◎	◎
	24	日	《香月小学校G》《4年生》	《山口県下関市セービング陸上G》《5年生》	《香月中央公園G》《3年生/6年生》									◎	◎	◎	◎
	25	月	休 み														
	26	火	『北九州市立小中学校など 夏休み後の初日』			TR 17:30~19:15 《1~6年生》						○	○	○	○	○	○
	27	水	TR 17:30~19:15 《3~6年生》											○	○	○	○
	28	木	休 み														
	29	金	TR 17:30~19:15 《1~6年生》									○	○	○	○	○	○
	30	土	TR 09:00~12:00 《1~5年生》		『第14回PENALTYカップU12大会』							○	○	○	○	○	◎
	31	日	TR 09:00~12:00 《3~5年生》		《熊本県菊池市七條運動G》《6年生/宿泊》									○	○	○	◎

- 9/13(土)~第37回九州ジュニアU11【新人戦】北九州予選《香月小学校G・京築会場他》《5年生》
- 9/14(日)~15(祝月)FCリベルターデ第16回毛利記念杯U10《山口市きらら博記念公園G》《4年生/宿泊》
- 9/20(土)~21(日)新宮チャレンジカップU10大会《新宮ふれあいの丘G》《4年生》
- 9/23(祝火)2025九高カップU11大会《福岡フットボールセンター人工芝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  
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



KAUSUYANAGAKURA