

＜ サッカー部 6月予定表 ＞

- ・ 選手権に向けてリスタート!! インターハイの悔しさと反省を活かし次回は結果に繋げる!!
- ・ トレーニングから常にゲームの如く**100%全力**で臨む姿勢をグラウンドで表現する!!
- ・ 「**K's Football Style!!**」の確立に向け、トレーニングで常に考える習慣を身に付ける!
- ・ クラブのベース作りからスタンダードを目指す!(クラブ内の約束事を守り、徹底する!!)

		6 月			
日	曜	予 定	場 所	時 間	備 考
1	水	Tr	学 校	放課後	
2	木	Tr	学 校	体育祭準備後	体育祭予行
3	金	Tr	学 校	体育祭後	体育祭
4	土	GAME VS 府中工	八王子G		VS永山 YL3(片倉G)PM
5	日	GAME VS 日大三	学 校	PM	フレッシュあり
6	月	OFF			
7	火	Tr	学 校	放課後	
8	水	Tr	学 校	放課後	
9	木	Tr	学 校	放課後	日本工学院による体力測定
10	金	Tr	学 校	放課後	
11	土	GAME VS 日本工学院専門学校	日工専G	9:30ko	VS府中 YL3(片倉G)PM
12	日	GAME VS 東海大高輪台、東京FID	学 校	PM	
13	月	OFF			
14	火	Tr	学 校	放課後	
15	水	Tr	学 校	放課後	
16	木	Tr	学 校	放課後	
17	金	Tr	学 校	放課後	
18	土	GAME VS 青梅総合、府ロクjry	学 校	PM	
19	日	GAME VS 明星(YL3)	明星G	9:30ko	VS明星学園(明星学園G)PM
20	月	OFF			
21	火	Tr	学 校	放課後	
22	水	Tr	学 校	放課後	
23	木	Tr	学 校	放課後	
24	金	Tr	学 校	放課後	
25	土	GAME VS 国学院久我山	学 校	PM	
26	日	OFF			
27	月	OFF			
28	火	Tr	学 校	放課後	
29	水	Tr	学 校	放課後	
30	木	Tr	学 校	放課後	

※ 梅雨 間近か… 体調管理(湿気)に留意し、常にベストコンディションを維持する!!
⇒ “トレーニング - 食事(体作りのため**ガッツリ**食べる) - 休養”のサイクルを作る!

※ けがの予防・ケアをしっかり行う。けがで泣かず、TRで走って、鍛えて、勝利して泣け!!

※ 部室・荷物の整理・整頓、仕事・役割の徹底!!

⇒ オフ・ザ・ピッチの姿勢が全てグラウンドに出る。日常生活から隙を作らないこと!!

下級生は、上級生の背中を見ながら育っていく、背中(行動)で語れ!!

ハウ(報告)・レン(連絡)・ソウ(相談)、挨拶・返事を徹底する!!

高校生として**基本的な生活習慣**を確立する!

「**駒沢への道**」も**一歩**から!(日々の積み重ねが大切)」

No Pain, No Gain

トレーニングから常に**100%全力**で行う!!