

＜ サッカー一部 12月予定表 ＞

- ・ 年明けの **新人戦** に向けて、日々のトレーニングから常に **100%全力** で臨む!!
- ・ **志し** を高く、TRから **全力** で追い込み、強いメンタリティを育てろ!! **全ては自分自身のため!!**
- ・ **「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!
- ・ **クラブの発展** に向けて、**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!!)

		12 月				
日	曜	予	定	場所	時間	備考
1	木	Tr		学 校	放課後	
2	金	Tr		学 校	放課後	
3	土	少年サッカー大会		学 校	一日	
4	日					
5	月	OFF				
6	火					
7	水					
8	木	Tr		学 校	放課後	
9	金	Tr		学 校	放課後	
10	土	GAME VS 石神井		学 校	PM	GKクリニック
11	日	GAME VS 高津		学 校	PM	
12	月	OFF				
13	火	Tr		学 校	放課後	
14	水	Tr		学 校	放課後	
15	木	Tr		学 校	放課後	
16	金	Tr		学 校	放課後	
17	土	GAME VS 大森学園、One Sence		学 校	PM	フレッシュあり
18	日	GAME VS 正則学園		学 校	PM	フレッシュあり
19	月	OFF				
20	火	Tr		学 校	放課後	
21	水	Tr		学 校	放課後	球技大会(二年)・成績会議
22	木	Tr		学 校	放課後	
23	金	Tr		学 校	放課後	終業式
24	土	川崎カップ		学 校	一日	GKクリニック
25	日	川崎カップ		学 校	一日	
26	月	東京ユースフェスティバル		創価大G	一日	
27	火	東京ユースフェスティバル		創価大G	一日	
28	水	東京ユースフェスティバル		創価大G	一日	
29	木	東京ユースフェスティバル		創価大G	一日	
30	金	片倉 soccer Carnival		学 校	一日	
31	土	OFF				良い年を!!

期末考査

- ※ 冬の寒さ到来!! **コロナ対策** と **体調管理** 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!!
- ※ チーム節目の時期、部室・荷物の **整理・整頓**、仕事・役割の **徹底!!** (再確認)
⇒ **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!!

ホウ(報告)・レン(連絡)・ソウ(相談)、挨拶・返事を徹底する!!
「『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!!