


< サッカー部 8月予定表 Vol.1(決まり次第随時更新します) >

- ・ 選手権に向けて**最終段階突入 !!** 三年生が率先してチームを引っ張れ !!
- ・ 合宿の成果(メンタリティの強化)を東京で確認する。生活の全てを**選手権のために !!**
- ・ 「**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 !
- ・ クラブ作りから発展へ=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 !!)

日		場所	時間	備考
1	月	GAME VS 元石川、寒川、秦野曾屋	秦野曾屋G 10:30ko	
2	火	GAME VS 綾瀬、逗子開成、古河一	綾瀬G 10:30ko	
3	水	GAME VS 湘南学院、平塚学園	湘南学院G 10:20ko	
4	木	GAME VS 三浦学苑、逗葉、市川南	逗葉G 10:00ko	
5	金	GAME VS 藤沢翔陵、鎌倉	鎌倉G 10:00ko	
6	土	GAME VS 鶴沼、桜町、京華(フレッシュ)	学校 一日	
7	日	OFF		
8	月	GAME VS		
9	火	GAME VS		
10	水	GAME VS		
11	木	OFF		
12	金	GAME VS ARTE・ベルテール	戸吹G 14:00ko	
13	土	GAME VS Branco	戸吹G 14:00ko	
14	日	GAME VS	学校	
15	月	GAME VS 昭和第一学園	昭和第一G	KOGあり
16	火	GAME VS	学校	COPA K's VS
17	水	GAME VS	学校	COPA K's VS
18	木	GAME VS	学校	COPA K's VS
19	金	GAME VS	学校	COPA K's VS
20	土	GAME VS 工学院(YLI)	学校 PM	
21	日	GAME VS	学校	
22	月	Tr	学校	COPA K's VS
23	火	Tr	学校	COPA K's VS
24	水	Tr	学校	COPA K's VS
25	木	Tr	学校	COPA K's VS
26	金	Tr	学校	COPA K's VS
27	土	選手権一回戦 VS 八王子東	学校 一日	昭和(KOG) GK講習会
28	日	選手権会場校	学校 一日	
29	月	GAME VS	学校	
30	火	GAME VS	学校	
31	水	OFF		

※ 選手権に向け最終段階 !! 体調管理(暑熱対策)留意し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 !!