

＜ サッカー部 3月予定表 ④第二弾④ ＞

- ・新チーム立ち上げ!! 片倉サッカー部“超”水河期へ!!ここから新入生も合流し、チーム内の闘いが始まる。
- ・日々のトレーニングから常に100%全力で臨む姿勢み習慣化する!!
- ・「New K's Football Style!!」の確立に向け、厳しいTRを乗り越える強いメンタリティを育てる!!
- ・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!!)

		3 月							
日	曜	予	定	場	所	時	間	備	考
1	日			学	校			新人戦決勝・三位決定戦	
2	月	OFF						合格発表(55期生)	
3	火	Tr		学	校	14:00			
4	水	Tr		学	校	14:00			
5	木	Tr		日	本文化大G	16:00			
6	金			学	校	放	課	後	
7	土	Tr		学	校	PM		卒業式(52期生)	
8	日	GAME VS	松ヶ谷	学	校	PM			
9	月	OFF							
10	火	Tr		学	校	放	課	後	
11	水	Tr		学	校	放	課	後	
12	木	Tr		日	本文化大G	16:00			
13	金	Tr		学	校	放	課	後	
14	土	GAME VS							
15	日	GAME VS							
16	月	OFF							
17	火	Tr		学	校	放	課	後	
18	水	Tr		学	校	放	課	後	
19	木	Tr		日	本文化大G	16:00			
20	金	GAME VS	創価	創	価G	10:30ko			
21	土	Tr		学	校	PM		栄養講習会(13:30)	
22	日	GAME VS	小平西, 翔陽, 東海大高輪台	学	校	PM			
23	月	OFF							
24	火	Tr		学	校	放	課	後	
25	水	Tr		学	校	放	課	後	
26	木								
27	金	春遠征合宿(土浦)							
28	土								
29	日	GAME VS						関東交流大会	
30	月	GAME VS							
31	火	OFF							

- ※本格的な冬の寒さ再び!! インフルエンザ対策と花粉、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・ケアをしっかりと行う。けがで泣かず、TRで走って、鍛えて、勝利して泣け!!
- ※ 新シーズスタート前、じっくりと自分の身体と向き合い、地道にトレーニングするいい習慣を身に付ける!!
- ※ 節目の時期、部室・荷物の整理・整頓、仕事・役割の徹底!! (再確認)、新入生の見本となれ!!
- ⇒ 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!! 応援されるチームへ!!

ハウ(報告)・レン(連絡)・ソウ(相談)、挨拶・返事を徹底する!!
「‘西が丘への道’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!!