

＜ サッカー部 4月予定表 No.2 ＞

- ・ 新年度スタート!!冬の『鍛錬期』で培ったものを新シーズンスタートから結果に繋げる!!
- ・ 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、トレーニングから常に考える習慣を身に付ける!!
- ・ クラブの発展に向けて、高校サッカーのスタンダードを目指す!! (約束事を守り、徹底する!!)

4 月					
日	曜	予 定	場 所	時 間	備 考
1	金	片倉 soccer Carnival(日野台、国学院久我山)	学 校	12:30ko	
2	土	片倉 soccer Carnival(国学院久我山、青梅総合)	学 校	12:30ko	GK講習会(17:30~)
3	日	片倉 soccer Carnival(緑山、大成、国学院久我山)	学 校	11:30ko	総会(暁星15:00~)
4	月	片倉 soccer Carnival(大成、東海大高輪台)	学 校	一日	
5	火	OFF			
6	水	Tr	学 校	放課後	始業式
7	木	Tr	学 校	PM	入学式
8	金	Tr	学 校	放課後	
9	土	GAME VS 駒大高	学 校	15:30ko	
10	日	GAME VS 東京実	駒沢第補		関東大会会場運営
11	月	OFF			インターハイ組み合わせ抽選
12	火	Tr	学 校	放課後	
13	水	Tr	学 校	放課後	
14	木	Tr	学 校	放課後	
15	金	Tr	学 校	放課後	
16	土	GAME VS 駒大高	学 校	15:00ko	
17	日	GAME VS 東京FID、明星学園(15:00ko)	清瀬内山G	10:30ko	明星学園(学校)
18	月	OFF			
19	火	Tr	学 校	放課後	
20	水	Tr	学 校	放課後	
21	木	Tr	学 校	放課後	
22	金	Tr	学 校	放課後	
23	土	GAME VS 狛江	駒沢第二		関東大会会場運営、GK講習会
24	日	インターハイ予選 VS 多摩科学技術			B戦あり
25	月	OFF			修学旅行
26	火	Tr	学 校	放課後	
27	水	Tr	学 校	放課後	
28	木	Tr	学 校	放課後	
29	金	インターハイ予選 VS			B戦あり(日野台)
30	土	GAME VS	学 校		

※ インターハイ予選に向けて**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!!

特に、花粉が多く飛散する季節。しっかり対策を!!

⇒ “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!!

※ 新シーズン突入、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!!

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!!