

＜ サッカー部 7月予定表 Vol.1 ＞

- ・ 高校サッカーの **総決算選手権&リーグ戦**に向けてスタート!! **念願成就**させる!!
- ・ 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!!)

		7 月				
日	曜	予	定	場所	時間	備考
1	土	少年サッカー大会		学 校	一日	
2	日	OFF				
3	月	OFF				
4	火	Tr		学 校	放課後	期末考査
5	水	Tr		学 校	放課後	
6	木	GAME VS 翔陽		学 校	放課後	
7	金	Tr		学 校	放課後	
8	土	GAME VS 昭和第一学園B		学 校	PM	
9	日	GAME VS 明星学園(YL1)法政B(YL3)		学 校	10:00Ko	GK講習会
10	月	OFF				
11	火	Tr		学 校	放課後	
12	水	Tr		学 校	放課後	
13	木	Tr		学 校	放課後	
14	金	Tr		学 校		上級学校訪問後
15	土	GAME VS 府中西(YL3)		学 校	PM	サッカー講話(靴作り)
16	日	GAME VS 立川(YL1)		学 校	PM	
17	月	GAME VS 東久留米総合		学 校	PM	KOGあり、栄養講習会
18	火	Tr		学 校		
19	水	OFF				成績会議
20	木	Tr		学 校	放課後	終業式 合宿準備
21	金					
22	土					
23	日					
24	月					
25	火					
26	水	OFF				
27	木	Tr		学 校		
28	金	Tr		学 校		
29	土	GAME VS 沼津東、國學院久我山		学 校	一日	フレッシュあり
30	日	町田招待		小野路G		
31	月	Tr		学 校		

※ 選手権に向けスタート!! 体調管理(暑熱対策)に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・役割の徹底を全て先輩が行動で示す!!

⇒ 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!!

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!!