

＜ サッカ一部 2月予定表 ＞

- ・新チーム立ち上げ!! 片倉史上最弱のチームが、"Giant killing"を起こせるか…?
- ・日々のトレーニングから常に100%全力で臨む姿勢を習慣化する!!!
- ・「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!!!)

		2 月		場所	時間	備考
日	曜	予 定				
1	木	Tr		学 校	放課後	
2	金	Tr		学 校	放課後	
3	土	GAME VS 日野台		学 校	PM	
4	日	GAME VS 駒大高		学 校	13:00ko	
5	月	OFF				寒稽古 7:00 - 8:10
6	火	OFF				
7	水	Tr		学 校	PM	修学旅行 (2年)
8	木	Tr		学 校	PM	
9	金	Tr		学 校	PM	
10	土	GAME VS 明星学園		学 校	PM	
11	日	GAME VS 多摩大目黒		学 校	PM	
12	月	GAME VS 日大三、ワンセンス		学 校	PM	
13	火	Tr		学 校	放課後	寒稽古 7:00-8:10
14	水	Tr		学 校	放課後	
15	木	GAME VS アローレ		アローレP	18:00ko	
16	金	Tr		学 校	放課後	
17	土	GAME VS 堀越		堀越G	10:00ko	
18	日	GAME VS 東大和南		学 校		
19	月	OFF				
20	火	Tr		アローレP	13:00	
21	水	Tr		アローレP	12:00	一般入試
22	木	Tr		アローレP	12:00	一般入試
23	金	GAME VS		学 校		
24	土	GAME VS		学 校		
25	日	GAME VS		学 校		
26	月	OFF				採点日
27	火	Tr		学 校	放課後	
28	水	Tr		学 校	放課後	
29	木	Tr		学 校	放課後	

※ 本格的な冬はもう終わり? 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!!

※ 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!! 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!!