

＜ サッカー部 4月予定表 ＞

- ・ 新年度スタート !! 『鍛錬期』 『春遠征』 で培った **心技体** の成長を新シーズンで結果に繋げる !!
- ・ トレーニングからゲームの如く **100%全力** で臨む姿勢を常にグラウンドで表現する !!
- ・ 『K's Football Style!!』 の更なる進化に向け、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	月	Tr	学 校	13:30	
2	火	GAME VS 青稜(地区トップ)、翔陽	学 校	14:00ko	
3	水	片倉 soccer Carnival VS 小平南、中山中	学 校	13:30ko	
4	木	片倉 soccer Carnival VS 南平	浅川G	12:00ko	
5	金	片倉 soccer Carnival VS 石神井B	清瀬内山G	17:00	
6	土	片倉 soccer Carnival GAME VS 国士館、東大和	学 校	14:00ko	
7	日	片倉 soccer Carnival VS 駒大高	学 校	14:00ko	ボールボーイ(都立大) 9:00
8	月	OFF			始業式
9	火	GAME VS 国分寺	昭和公園G	14:00ko	入学式
10	水	Tr	学 校	放課後	
11	木	Tr	学 校	放課後	新入生歓迎会
12	金	Tr	学 校	放課後	
13	土	GAME VS 桜美林	桜美林G	PM	
14	日	関東大会予選一回戦 VS 日大豊山	駒沢補G	14:00ko	B戦あり VS武蔵丘
15	月	OFF			新入生ミーティング
16	火	Tr	学 校	放課後	
17	水	Tr	学 校	放課後	
18	木	Tr	学 校	放課後	
19	金	Tr	学 校	放課後	
20	土	GAME VS 日本工学院	日本工学院G	11:30	戻って翔陽高校とGAME
21	日	GAME VS 明星学園	学 校	17:00ko	インターハイ会場校
22	月	OFF			
23	火	Tr	学 校	放課後	
24	水	Tr	学 校	放課後	
25	木	Tr	学 校	放課後	
26	金	Tr	学 校	放課後	校外学習
27	土	Tr	学 校	PM	B&一年生石神井高校とGAME
28	日	インターハイ予選 VS 府中東	日本文化大G	13:00ko	
29	月	GAME VS	学 校	PM	
30	火		学 校	放課後	

※ 新シーズンが開幕 !! 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 !!

季節の変わり目、初夏の陽気に特に、暑熱馴化と水分補給の徹底と対策を !!

⇒ “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!!

※ 新入生が合流 !! 先輩の背中を見て後輩は育つ !! 志高く責任のある言動と指導を!!

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!!

「『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 !!