

加古川たんぽぽサッカークラブ 2021年夏休み練習予定表前半

氷丘南教室 野口北教室 年 名前

日	曜日	時間	予定・場所	リフティング	何時にねたかな	検温	チェック
7/22	(木)		U-12奈良市サッカーフェスティバル	回	時	℃	
7/23	(金)		U-12奈良市サッカーフェスティバル	回	時	℃	
7/24	(土)	13:30~17:00	U-10交流戦/垂水区あじさい公園G 親子サッカー/野口北小G	回	時	℃	
7/25	(日)		たんぽぽ休業日	回	時	℃	
7/26	(月)			回	時	℃	
7/27	(火)			回	時	℃	
7/28	(水)			回	時	℃	
7/29	(木)	17:00~18:30 19:00~21:00	平日練習/野口北小G 5・6年体育館練習/野口北小体育館	回	時	℃	
7/30	(金)			回	時	℃	
7/31	(土)	13:30~17:00	U-12内藤杯/日岡山G 親子サッカー/野口北小G	回	時	℃	
8/1	(日)		U-12内藤杯/日岡山G 3・4年交流戦/平岡小G	回	時	℃	
8/2	(月)			回	時	℃	
8/3	(火)			回	時	℃	
8/4	(水)	17:00~18:30	平日練習/氷丘南小G	回	時	℃	
8/5	(木)	19:00~21:00	5・6年体育館練習/野口北小体育館	回	時	℃	
8/6	(金)			回	時	℃	
8/7	(土)	13:15~17:00	U-12イルソーレカップ/加東市社第3G U-10ひびろびろ杯/サズホ稲葉G 親子サッカー/氷丘南小G	回	時	℃	
8/8	(日)		5年交流戦/野口北小G	回	時	℃	
8/9	(月)			回	時	℃	
8/10	(火)			回	時	℃	
8/11	(水)			回	時	℃	

☆夏休みのボールリフティングは、なんでもあり、最高回数を記録してください。

☆チェックは父・母・おじいちゃん・おばあちゃん・中学生以上の人。

☆**継続は力なり!** 自分のために、しっかり練習しましょう。

※夜9:00までにねるようにしましょう



加古川たんぽぽサッカークラブ 2021年夏休み練習予定表後半

氷丘南教室 野口北教室 年 名前

日	曜日	時間	予定・場所	リフティング	何時にねたかな	検温	チェック
8/12	(木)			回	時	℃	
8/13	(金)		4~6年合宿(神鍋サマーフェスタ)	回	時	℃	
8/14	(土)		4~6年合宿(神鍋サマーフェスタ)	回	時	℃	
8/15	(日)		4~6年合宿(神鍋サマーフェスタ)	回	時	℃	
8/16	(月)			回	時	℃	
8/17	(火)			回	時	℃	
8/18	(水)	17:00~18:30	平日練習/氷丘南小G	回	時	℃	
8/19	(木)	19:00~21:00	5・6年体育館練習/野口北小体育館	回	時	℃	
8/20	(金)			回	時	℃	
8/21	(土)	13:15~17:00	親子サッカー/氷丘南小G	回	時	℃	
8/22	(日)	10:00~12:00	4・5年フットサル練習/ハケ池フットサル場 親子サッカー-予備日/野口北小G	回	時	℃	
8/23	(月)			回	時	℃	
8/24	(火)			回	時	℃	
8/25	(水)			回	時	℃	
8/26	(木)	17:00~18:30 19:00~21:00	平日練習/野口北小G 5・6年体育館練習/野口北小体育館	回	時	℃	
8/27	(金)			回	時	℃	
8/28	(土)	13:30~17:00	U-12根日女カップ/アグアス加西 U-10ウッドサル栗藩予選/日岡山G 親子サッカー/野口北小G	回	時	℃	
8/29	(日)		U-12東播リーグ戦/神鍋高砂G U-12根日女カップ(5年)/アグアス加西	回	時	℃	
8/30	(月)			回	時	℃	
8/31	(火)			回	時	℃	
9/1	(水)		二期始業式	回	時	℃	

◆夜9時までにねると、いい事いっぱい!!

- 背が、必ず大きくなります。
- サッカーが、もっと上手くなります。
- 勉強も、今よりも出来るようになります。

★クリスティアーノ・ロナウド選手は睡眠のコーチがついています。
なぜなら、睡眠が素晴らしいパフォーマンスを生みだしてくれるからです。

