

加古川たんぽぽサッカークラブ 2022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 | (金) | | 1学期終業式 | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/23 | (土) | 13:45~17:00 | U-11東播リーグ戦/サンスポ稲美G 親子サッカー/野口北小G | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/24 | (日) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/25 | (月) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/26 | (火) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/27 | (水) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/28 | (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 | ℃ | |
| 7/29 | (金) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/30 | (土) | 13:45~17:00 | U-12内藤杯/日岡山G 親子サッカー/野口北小G | 回 | 時 | ℃ | |
| 7/31 | (日) | | U-12内藤杯/日岡山G U-9ミニサッカー/大塩 | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/1 | (月) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/2 | (火) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/3 | (水) | 17:00~18:30 | 平日練習/氷丘南小G | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/4 | (木) | 19:00~21:00 | 5・6年体育館練習/野口北小体育館 | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/5 | (金) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/6 | (土) | 13:45~17:00 | U-11安室カップ/安室東小G 親子サッカー/氷丘南小G | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/7 | (日) | | U-12神岡交流戦/神岡小G | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/8 | (月) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/9 | (火) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/10 | (水) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/11 | (木) | 17:00~18:30 | 平日練習/野口北小G | 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時までにはねるようにしましょう



加古川たんぽぽサッカークラブ 2022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 | (金) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/13 | (土) | | 3~6年合宿(神鍋サマーフェスタ) | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/14 | (日) | | 3~6年合宿(神鍋サマーフェスタ) | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/15 | (月) | | 3~6年合宿(神鍋サマーフェスタ) | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/16 | (火) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/17 | (水) | 17:00~18:30 | 平日練習/氷丘南小G | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/18 | (木) | 19:00~21:00 | 5・6年体育館練習/野口北小体育館 | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/19 | (金) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/20 | (土) | 13:45~17:00 | 親子サッカー/氷丘南小G | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/21 | (日) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/22 | (月) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/23 | (火) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/24 | (水) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/25 | (木) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/26 | (金) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/27 | (土) | 13:30~17:00 | U-12東播リーグ戦/日岡山G U-10根日女カップ/アケアス加西 親子サッカー/野口北小G U-11トドレゼン交流戦/しあわせの村 | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/28 | (日) | | U-10根日女カップ/アケアス加西 8・8年交流戦/野口北小G U-11トドレゼン交流戦/しあわせの村 | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/29 | (月) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/30 | (火) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 8/31 | (水) | | | 回 | 時 | ℃ | |
| 9/1 | (木) | | 2学期始業式 | 回 | 時 | ℃ | |

◆夜9時までにはねると、いい事いっぱい！！

- 背が、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。

