

2018 柏ラッセルFC U-10 5月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		年間カレンダーでOFF	年間カレンダーでOFF	OFF	OFF	TR、ますお 13:00~14:30
6	7	8	9	10	11	12
TR・紅白戦 逆井、AM	TR 18:00~19:30 南流山・平和台 会場:南流山 TR 18:15~19:45 ますお・第二 会場:第二ますお			TR 18:00~19:30 南流山 会場:南流山	TR 18:00~19:30 平和台 会場:平和台 TR 18:00~19:30 ますお・第二 会場:ますお	ブロック大会予選 会場:逆井予定 時間・詳細未定
13	14	15	16	17	18	19
OFF	TR 18:00~19:30 南流山・平和台 会場:南流山 TR 18:15~19:45 ますお・第二 会場:第二ますお			TR 18:00~19:30 南流山 会場:南流山	TR 18:00~19:30 平和台 会場:平和台 TR 18:00~19:30 ますお・第二 会場:ますお	TR、逆井 PM
20	21	22	23	24	25	26
活動予定	TR 18:00~19:30 南流山・平和台 会場:南流山 TR 18:15~19:45 ますお・第二 会場:第二ますお			TR 18:00~19:30 南流山 会場:南流山	TR 18:00~19:30 平和台 会場:平和台 TR 18:00~19:30 ますお・第二 会場:ますお	TR、逆井 未定
27	28	29	30	31		
OFF	TR 18:00~19:30 南流山・平和台 会場:南流山 TR 18:15~19:45 ますお・第二 会場:第二ますお			TR 18:00~19:30 南流山 会場:南流山		
	TR(トレーニング) TMは(トレーニングマッチ) の略称です。	GWの翌週は公式戦が予定されています。GW中の活動は少ないですが心も身体も良い準備をして試合に向かいましょう!! ※5/19は公式戦は入らないように調整中			<p>be positive !!</p> 	
		<p>★暑熱対策について★</p> <p>これから気温が高くなっていきます。帽子や水筒(ジャグ)等は用意しましょう。ペットボトルに水を入れ凍らせた物があると良いです。(身体を冷やす、アイシング)練習前に朝食・昼食はきちんと食べているか、睡眠は足りているか等、ご家庭でも話をして下さい。よろしくお願致します。 細川コーチより</p>				