

### 2018 柏ラッセルFC U-9 5月予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 年間カレンダーでOFF	2 年間カレンダーでOFF	3 OFF	4 OFF	5 OFF
6 OFF	7	8 TR、16:30~18:00 南流山・平和台 会場:南流山 TR、16:45~18:15 ますお・第二ますお 会場:ますお	9 TR、16:30~17:45 八柱 会場:八柱	10 TR、16:30~18:00 南流山・平和台・八柱 会場:南流山 TR、16:30~18:00 ますお・第二ますお 会場:第二ますお	11	12 TR,逆井運動場 15:00~16:30
13 OFF	14	15 TR、16:30~18:00 南流山・平和台 会場:南流山 TR、16:45~18:15 ますお・第二ますお 会場:ますお	16 TR、16:30~17:45 八柱 会場:八柱	17 TR、16:30~18:00 南流山・平和台・八柱 会場:南流山 TR、16:30~18:00 ますお・第二ますお 会場:第二ますお	18	19 TR、逆井運動場 PM予定
20 OFF	21	22 TR、16:30~18:00 南流山・平和台 会場:南流山 TR、16:45~18:15 ますお・第二ますお 会場:ますお	23 TR、16:30~17:45 八柱 会場:八柱	24 TR、16:30~18:00 南流山・平和台・八柱 会場:南流山 TR、16:30~18:00 ますお・第二ますお 会場:第二ますお	25	26 OFF
27 TM, 逆井運動場 PM予定	28	29 TR、16:30~18:00 南流山・平和台 会場:南流山 TR、16:45~18:15 ますお・第二ますお 会場:ますお	30 TR、16:30~17:45 八柱 会場:八柱	31 TR、16:30~18:00 南流山・平和台・八柱 会場:南流山 TR、16:30~18:00 ますお・第二ますお 会場:第二ますお		
TR(トレーニング) TMIは(トレーニングマッチ) の略称です。	ブロック予選 日程:4/28,6/10,6/24,9/1,9/24 (印西FC、アミスター、高柳、つくし野、風早レクト、柏SSS、柏ラッセル) 公式戦が始まりました！常に自分の目標を持ちながら成長していこう！！  <b>★暑熱対策について★</b> これから気温が高くなっていきます。帽子の準備や水筒(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、ケガのアイシング) 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 話をしてみてください。よろしくお願い致します。 細川コーチより				<b>be positive !!</b>  	