

FC LEOVISTA MACHIDA

～2015年度 12月号～

FCレオヴィスタ町田保護者様

平成27年度 11月吉日
FCレオヴィスタ町田

2015年度リフティング目標回数

六年生 両足交互 300～500回 ヘディング 30～50回、五年生 両足交互 200～300回 ヘディング 20～30回
四年生 両足交互 100～200回 ヘディング 10～20回、三年生 両足交互 50～100回 ヘディング 5～10回
二年生 片足のみ 20回～100回 一年生 片足のみ 10～20回

♪♪♪♪♪ お知らせとお願い ♪♪♪♪♪

※町田トレセンの予定日(基本、第1、3、5土曜日)ですが場所、時間、対応選手は後日お知らせします。万が一学校行事と重なった選手は必ずお知らせ下さい。情報、雨天の場合は「町田トレセン掲示板」を検索してご確認ください。

服装：基本はチームのエンジュニフォームで参加してください。

町田招待セレクション予定日:U10、U11 選手に別紙でお渡しした通りになります

※今年の活動ですが12月27日(日)が最終活動日になります(冬休みは12月28日(月)～1月3日(日)までを予定しています)。1月5日(火)より通常練習が始まりますので選手は体調管理をしっかりして新年練習にお越しください。

※平日練習時の自転車の置き方がだいぶ改善させています。引き続き自転車の向きに気を付けて駐輪をお願い致します。

※選手の挨拶に最近気がかりなところが見受けられます。ホーム TRM、アウェーTRM、大会を含めチーム保護者、相手保護者、大会関係者にしっかりと挨拶ができる選手になりましょう。

※選手は冬休みを利用して特にリフティング練習をしましょう。リフティングはまずいい選手の登竜門になりますので継続性をもち少しずつ上達できるように頑張りましょう。

12月の平日練習予定 火・木曜日・・・1,2年生 火・木(隔週)・金曜日・3,4,5,6年生

火曜会員	木曜会員	金曜会員
1日 練習(全学年)	3日 練習(1,2,5,6年)	4日 練習(3,4,5,6年)
8日 練習(全学年)	10日 練習(1,2,3,4年)	11日 練習(3,4,5,6年)
15日 練習(全学年)	17日 練習(1,2,5,6年)	18日 練習(3,4,5,6年)
22日 練習(全学年)	24日 練習(1,2,3,4年)	25日 練習(3,4,5,6年)

12月の土・日曜日の予定

	高学年練習、試合 (5,6年)	中学年練習、試合 (3,4年)	低学年練習、試合 (1,2年)	イベント、備考欄
5日 (土)	5,6年生町田マラソン大会 5年生チャレンジカップ	3,4年生町田マラソン大会	2年生リーグ8時~12時 教育センター	(幼)お餅つき会
6日 (日)	6年生稲城招待	4年生 TRM15時~17時 教育センター 3年生練習12時~14時 第二G	1年生練習9時~11時 第二G	
12日 (土)				
13日 (日)	5年生チャレンジカップ 6年生稲城招待	4年生練習12時~14時 第二G 3年生 TRM15時~17時 教育センター	2年生練習10時~12時 第二G 1年生みずほ招待	U6 レオヴィスタ練習会 8時半~9時45分
19日 (土)				4級審判更新講習日
20日 (日)	5,6年生練習13時~16時 第二G	4年生 TRM15時~17時 教育センター 3年生練習12時~14時 園庭	1, 2年生練習9時~12時 第二G	
23日 (祭)				
26日 (土)	6年生 HOT カップ	3年生 TRM14時~16時半 多目的G		
27日 (日)	6年生 HOT カップ 5年生 TRM15時~17時 教育センター	4年生練習12時~14時 第二G	1, 2年生練習9時~12時 第二G	

※スケジュール変更がありましたらその都度お知らせ致します。