

# FC LEOVISTA MACHIDA

～2015年度 1月号～

FCレオヴィスタ町田保護者様

平成27年度 12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。

1月の活動は決まり次第お知らせいたします。基本1月～3月までは町田招待選手中心のトレーニングになります。

※1月5日(火)ですが午前8時～12時まで金井 G が使用可能になりました。この日はグラウンド解放をしますので使用したい選手、保護者はご使用ください。

※1月10日(日)、11日(祭)の4年生 MFA 大会ですが今回は2チームエントリーをしています。2チームとも上に行けるよう頑張らしましょう。

※チームは12月28日(月)より8日の冬休みに入ります。コンディションを整えるため選手は時間をつくって自主練習を行いましょう。また冬休み宿題も計画をもってやりましょう。

## 1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
5日 練習(全学年)	7日 練習(1, 2, 5, 6年)	8日 練習(3, 4, 5, 6年)
12日 練習(全学年)	14日 練習(1, 2, 3, 4年)	15日 練習(3, 4, 5, 6年)
19日 練習(全学年)	21日 練習(1, 2, 5, 6年)	22日 練習(3, 4, 5, 6年)
26日 練習(全学年)	28日 練習(1, 2, 3, 4年)	29日 練習(3, 4, 5, 6年)

## 1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
2日 (土)	お正月休み	お正月休み	お正月休み	
3日 (日)	お正月休み	お正月休み	お正月休み	
9日 (土)			2年生 TRM 対ブレッサ	
10日 (日)	5,6年生練習13時～16時 第二 G	4年生 MFA 大会 3年生練習10時～12時 第二 G	1年生 TRM15時～17時 教育センター	U6 レオヴィスタ練習会 8時半～9時45分 第二 G
11日 (祭)	5,6年生 TRM8時～12時 多目的 G	4年生 MFA 大会 3年生 TRM12時半～16時半 多目的 G	2年生 TRM12時半～16時半 多目的 G	
16日 (土)	6年生 MFA 大会予定日	4年生 TRM8時～12時 教育センター 3年生 TRM 午前 緑山 G		
17日 (日)	6年生 TRM12時半～15時半 杉野 G 5年生 TRM 午後 日野第四小学校	3,4年生サッカーフェスティ バル予定 野津田競技場	1, 2年生サッカーフェスティ バル予定 野津田競技場	開進 SC8時半～10時半 第二 G
23日 (土)	5,6年生 TRM8時～12時 金井 G	4年生 TRM12時～17時 教育センター		
24日 (日)	5,6年生フットサル大会 成瀬体育館	3年生 TRM 午後 日野第四小学校	2年生 TRM9時～12時 杉野 G 1年生ちびっこ大会	
30日 (土)			1年生練習9時～11時 園庭	
31日 (日)	6年生 TRM13時～17時 上野原 G 5年生 TRM9時～12時 杉野 G	3,4年生 TRM13時～17時 上野原 G	2年生 MFA 大会	

※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。