

# FC LEOVISTA MACHIDA

～2016年度 8月号～

FCレオヴィスタ町田保護者様

平成 28 年度7月吉日  
FCレオヴィスタ町田

## 2016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 ♪♪♪♪♪

※町田トレセンですが8月の活動はありません。大会情報については決まり次第お知らせ致します。

※夏休みを利用して3年生以上の選手は自転車の安全ルートを確認して少しずつ自分でグラウンドに来られるようにしましょう。

※今年度のチーム「お盆休み」は8月11日(木)～19日(金)までになります(19日から5,6年生は合宿)。

※選手は熱中症対策をしっかりと行ってください。主に飲用水の予備や小さいクーラーボックス約4,8リットル(手持ちサイズで市販で売ってます)を用意して氷を入れておくと大変役立ちます。

※夏休みの朝練習・平日練習時間ですが以下の日にち・時間になります。

朝練習 対象選手:3,4,5,6年生(1,2年生はグラウンド解放で保護者が必ず連れてきた選手を管理してください、保護者1人に複数選手は河) 持ち物:熱中症対策をしてお越してください。

8月2日(火)9時～11時半 野津田公園多目的広場 8月5日(金)7時半～9時 金井G

8月9日(火)7時半～9時 金井G 計3日間

通常練習変更 7月28日(木)、7月29日(金)、8月2日(火)、8月4日(木)、8月5日(金)、8月9日(火) 6日間

1,2年生16時～18時 3,4,5,6年生16時45分～19時15分

※全学年コパレオヴィスタ招待大会費用ですが7月24日(日)までに封筒か袋にて「指名」を記入して美野までお願い致します。

費用:2000円(当日体調不良による欠席者は後日返金致します。またこどもの国 入園料が別でかかります。30名以上の団体で大人480円、小学生120円になります)。

※8月19日(金)～8月21日(日)5,6年生尾瀬遠征合宿の詳細がまだ届いていません。わかり次第お知らせ致します。

## 8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
2日 練習(全学年)	4日 練習(1,2,5,6年)	5日 練習(3,4,5,6年)
9日 練習(全学年)	25日 練習(1,2,3,4年)	26日 練習(3,4,5,6年)
23日 練習(全学年)		
30日 練習(全学年)		

## 8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
6日 (土)	5年鎌水TRM9時～14時 多目的G	4年府ロク招待1日目 午前	1,2年コパレオヴィスタ こどもの国少年G	コーチ会議18時半～ 教育センター会議室
7日 (日)	5,6年コパレオヴィスタ こどもの国少年G	4年府ロク招待2日目 午前 3年 TRM15時～18時 教育センター		ゼルビア公式戦19時～
13日 (土)	お盆休み	お盆休み	お盆休み	
14日 (日)	お盆休み	お盆休み	お盆休み	
20日 (土)	5,6年尾瀬合宿	3,4年TRM12時～16時半 多目的G	1,2年TRM9時～12時 多目的G	
21日 (日)	5,6年尾瀬合宿			ゼルビア公式戦19時～
27日 (土)	6年南大谷招待 5年JA東京	3年SEISEKI招待		
28日 (日)	6年リハウスリーグ 5年TRM9時～14時 多目的G	4年TRM9時～14時 多目的G	1,2年TRM15時～18時 教育センター	開進SC10時～12時 第二G