

サッカー部 12月の活動計画

今月の活動時間について

○平日

放課後練習 終了時刻 16時00分～16時45分【全学年】

○土日(3時間を上限として、練習試合は4時間予定)

午前 8:30～11:30

○台風・天候の状況により変更の可能性もあります。

【12月の目標】

○ボールを【止める・運ぶ・蹴る】を徹底する

○フィジカル面を鍛える。

日	曜日	活動時間	内容(メニュー・練習試合等)
1	火	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
2	水	OFF	
3	木	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
4	金	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
5	土	トレセン大会	三原第三中学校(2年)/宮浦中学校(1年)
6	日	OFF	
7	月	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
8	火	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
9	水	OFF	
10	木	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
11	金	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
12	土	8:30～11:30	パス練習・対人トレーニング【向島中G】
13	日	OFF	
14	月	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
15	火	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
16	水	OFF	
17	木	16:10～16:45	基礎練習・対人トレーニング
18	金	13:15～14:15	基礎練習・対人トレーニング
19	土	8:30～11:30	パス練習・対人トレーニング【向島中G】
20	日	8:00～16:00	リスペクトカップ【福山竹ヶ端グラウンド】
21	月	OFF	
22	火	13:15～14:15	基礎練習・対人トレーニング
23	水	OFF	
24	木	13:15～14:15	基礎練習・対人トレーニング
25	金	OFF	
26	土	OFF	
27	日	OFF	
28	月	OFF	
29	火	OFF	
30	水	OFF	