

2023年
1月

県央 F C 予定表



日	曜	U-15 (トップ)	U-14 (セカンド)	U-13 (サード)	備考
1	日		OFF		
2	月		OFF		
3	火		OFF		
4	水				
5	木		練習 19:00-21:00 体育文化会館アリーナ		
6	金				
7	土		TRM 厚生会館 (サンスマイル) グレー 09:00-11:00 / レッド 10:00-12:00 / ホワイト 11:00-13:00		
8	日		OFF		
9	月		TRM 09:00-13:00 厚生会館 (LAZO)	TRM 09:00-13:00 大崎会館 (LAZO)	
10	火		練習 19:00-21:00 厚生会館		
11	水				
12	木		練習 19:00-21:00 二中体育館		
13	金				
14	土		TRM 13:00-17:00 五泉市立山王中学校 (五泉DIVA)	練習 09:30-12:00 ものづくり体育館	
15	日		TRM 09:00-12:00 新潟職業能力開発短期大学校(新発田市) (AC)	TRM 12:00-15:00 新潟職業能力開発短期大学校(新発田市) (AC)	
16	月				スクール
17	火		練習 19:00-21:00 ものづくり体育館		
18	水				
19	木		練習 19:00-21:00 二中体育館		
20	金				
21	土		フットサル中越大会		
22	日		フットサル中越大会		
23	月				スクール
24	火		練習 19:00-21:00 ものづくり体育館		
25	水				
26	木		練習 19:00-21:00 二中体育館		
27	金				
28	土		[red] フットサル中越大会 [gray・white] 練習 09:00-11:00 ものづくり体育館		
29	日		TRM 09:00-13:00 厚生会館 (F3)	TRM 13:00-17:00 新発田加治川コミュニティセンター (F3)	
30	月				スクール
31	火		練習 19:00-21:00 ものづくり体育館		

※練習後や試合後は、必ず30分以内に栄養補給ができるように、リカバリープロテインか補食の準備のご協力をお願いします。
 ※金曜は自主練習日です。体系的練習は、U-15は自由、U-14は月1回以上、U-13は月2回以上、参加して下さい。(HPのサポート情報確認/期間 4月15日～11月11日)
 ※土日祝や雨天時は、会場・時間などの急な日程変更があります。毎回必ずHPの月間予定表とinformationを確認して下さい。
 ※平日ナイターと平日体育館の練習終了後30分は自主練習となります。お迎えの際は選手と相談してお迎え時間を決めて下さい。

◀連絡事項▶

※中越大会で勝ち進むと、2/11・12の県大会へ進出する事が出来ます。
 ※2/25・26の一泊で千葉遠征の予定です。(今後の感染状況により変更もあります)