

2023年  
2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  | 水 |            |  |                                   |            |
| 2  | 木 |            | 練習 19:00-21:00 二中体育館                                   |                                   |            |
| 3  | 金 |            |  |                                   |            |
| 4  | 土 |            | OFF  | TRM 09:00-12:00 大崎会館 (フット*ア)      |            |
| 5  | 日 |            | TRM 15:00-18:00 大崎会館 (ラウス)                             | TRM 12:00-15:00 大崎会館 (ラウス)        |            |
| 6  | 月 |            |  |                                   | スクール       |
| 7  | 火 |            | 練習 19:00-21:00 ものづくり体育館                                |                                   |            |
| 8  | 水 |            |  |                                   |            |
| 9  | 木 |            | 練習 19:00-21:00 二中体育館                                   |                                   |            |
| 10 | 金 |            |  |                                   |            |
| 11 | 土 |            | [red] フットサル県大会 [gray・white] OFF                        |                                   |            |
| 12 | 日 |            | [red] フットサル県大会 [gray・white] TRM 12:00-14:30 大崎会館 (AFC) |                                   |            |
| 13 | 月 |            |  |                                   | スクール       |
| 14 | 火 |            | 練習 19:00-21:00 ものづくり体育館                                |                                   |            |
| 15 | 水 |            |  |                                   |            |
| 16 | 木 |            | 練習 19:00-21:00 二中体育館                                   |                                   |            |
| 17 | 金 |            |  |                                   |            |
| 18 | 土 |            | コンディショニングトレーニング 09:00-12:00 ものづくり体育館                   |                                   | 第10期生入団説明会 |
| 19 | 日 |            | TRM 15:00-17:00 寺泊海浜公園G (上越春日)                         | TRM 16:30-18:00 寺泊海浜公園G (上越春日)    |            |
| 20 | 月 |            |  |                                   | スクール       |
| 21 | 火 |            | 練習 19:00-21:00 ものづくり体育館                                |                                   |            |
| 22 | 水 |            |  |                                   |            |
| 23 | 木 |            | TRM 13:00-15:30 寺泊海浜公園G (アルビレックス新潟)                    | TRM 15:00-18:00 寺泊海浜公園G (Iスタ*リ長岡) |            |
| 24 | 金 |            |  |                                   |            |
| 25 | 土 |            | 千葉遠征   |                                   |            |
| 26 | 日 |            | 千葉遠征   |                                   |            |
| 27 | 月 |            |  |                                   | スクール       |
| 28 | 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。体美の練習は、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》

※3/30 19:30~21:00 三条東公民館にて「スタートミーティング」を開催予定です。選手・保護者からの参加をお願いします。  
 ※2/25・26の二泊で千葉遠征の予定です。詳細は決まり次第UPします。