

日	曜	ガーフJY (中学生) 3種	ガーフJr (6年~4年) 4種	ガーフJr (3年~年中) 4種	ガーフ1種	元気くん教室	連絡事項
1	土	12:30-15:30 (犀川B)	8:30-11:30 (犀川A)	U9U8L (犀川C)			
2	日	北信U15YL (リバー) 当番	北信AリーグU12 (リバー) 12:30-15:30 (犀川C)	8:30-11:30 (犀川C)			
4	火	19:00-21:00 (若穂中央公園)					
5	水		19:00-21:00 (柳原体)				
7	金	19:00-21:00 (朝陽体)					
8	土	8:30-11:30 (犀川B)	北信BリーグU11 (リバー) 8:30-11:30 (犀川C)				
9	日	8:30-11:30 (犀川B)	U12安曇野TM (デンソーエアクル) U11週間長野杯 (リバー) 8:30-11:30 (犀川C)	第16回元気カップU9 (菅平高原)			
10	月						10,11月練習 会場抽選締切
11	火	19:00-21:00 (若穂中央公園)					
12	水		19:00-21:00 (若穂体)				
14	金	19:00-21:00 (サンマリーナ長野 屋内)					
15	土	U13L2018長野 (中央スポーツ 公園) 12:30-15:30 (犀川B)	蜂の原カップU11 (福島) 12:30-15:30 (犀川A)				
16	日	12:30-15:30 (犀川A)	みゆき野カップU10・U12 (木島 平サッカー場) 蜂の原カップU11 (福島)	U8長野市サッカー協会杯 (犀川 C)			理事会18:00 ~ (古牧公民館)
17	月	北信U15YL (中野市) 当番 U13L2018長野 (軽井沢風越公 園)	8:30-11:30 (犀川B)	8:30-11:30 (犀川C)		8:30受付開始 9:00-11:00 (犀川C)	
18	火	19:00-21:00 (若穂中央公園)					
19	水		19:00-21:00 (柳原体)				
21	金	西村Cクリニック19:00-21:00 (朝陽体)					
22	土	北信U15YL (リバー) U13L2018長野 (軽井沢風越公 園)	TM (中野市文化公園) U10、U1 1 8:30-11:30 (犀川B)				
23	日	秋季強化合宿 (菅平高原)	秋季強化合宿 (菅平高原)	12:30-15:30 (犀川C)		秋季強化合宿 (菅平高原)	
24	月	北信U15YL ()		U9TM (筑北村)			
26	水		19:00-21:00 (サンマリーナ長野屋 内)				
29	土	8:30-11:30 (犀川B)	北信BリーグU11&TMU11、U 10 (犀川C) 8:30-11:30 (犀川A)	ATHLETA CUP U8			
30	日	U13L2018長野 (中央スポーツ 公園) 12:30-15:30 (犀川A)	U11U12TM (菅平高原) 北信CリーグU10 (中野市)	ATHLETA CUP U8 8:30-11:30 (犀川C)			

◎犀川G (A・B・C面) …犀川第2緑地フットボール場 ◎古牧社体…古牧社会体育館 ◎その他市営社会体育館

☆クラブからのお知らせ!

☆「ゴミを1つ捨てる者は、大切な何かを1つ捨てている、ゴミを1つ拾う者は、大切な何かを1つ拾っている」大切なものとは何か?少し考えてみてください。秋は考えるには良い季節です。読書にも良い季節です・・・。

☆食欲の秋、何でも好き嫌いなく、よく噛んで、沢山食べよう!サッカー選手は体が資本。朝晩は冷えてきます、体を冷やさないように、体調管理 (十分な睡眠、早寝早起き)、着替えや服装など準備を自分でしっかりして、クラブ活動に参加。エンジョイフットボール!

☆「サッカーが上手になりたいなら、人の10倍、ボールを触れ!最低100万回!」静岡学園元監督井田勝通 (日本代表大島出身校)



長野FCホームページ: <http://www.naganofc.com>  
長野FC事務局メルアド: [info@naganofc.com](mailto:info@naganofc.com)

がんばろうニッポン!

