

## 長野FCガーフ 2020年4月 スケジュール

日	曜	ガーフ Jr (6年～4年) 4種	ガーフ Jr (3年～園児年中) 4種	ガーフ1種 社会人	元気くん サッカー教室	連絡事項
4	土	<del>長野FC 2020年度発会式および社会奉仕活動 12:00犀川Bコート集合 その後、練習～16:00 (クラブ員全員・全保護者・全指導者・社会人チーム選手)</del>				
5	日	<del>12:30-15:30 (犀川C)-</del>	<del>12:30-15:30 (犀川A)-</del>			<del>18:00理事会 (古牧公民館)-</del>
11	土	<del>12:30-15:30 (犀川B)-</del>	<del>長野市U9U8リーグ (犀川C)-</del>			
12	日	<del>チラベルトカップU12 (松本市)- 12:30-15:30 (犀川C) 4-5-6</del>	<del>9:00-12:00 (犀川C)-</del>		<del>8:30 受付開始 9:00～11:00 (犀川C)-</del>	
16	木	<del>19:00-21:00 (若穂中央公園)-</del>				
18	土	<del>北信Cリーグ (犀川C) 4 12:30-15:30 (犀川B) 5-6</del>	<del>8:30-11:30 (犀川A)-</del>			
19	日	<del>U12長野県リーグ (筑北村) 6 北信Bリーグ (犀川C) 5 8:30-11:30 (長野ウスタ屋内練習場) 4</del>				
22	水	<del>19:00-21:00 (北部レク屋外)-</del>				
25	土	<del>12:30-15:30 (大豆島運動場)-</del>				
26	日	<del>チラベルトカップU12 (松本市)- 8:30-11:30 (犀川C) 4-5-6</del>	<del>8:30-11:30 (犀川A)-</del>			
29	水	<del>12:30-15:30 (犀川C)-</del>	<del>8:30-11:30 (犀川C)-</del>			
2	土	<del>U12長野県リーグ (千曲市) 6 北信Cリーグ (犀川C) 4</del>				
3	日	<del>北信Bリーグ (犀川C) 5</del>	<del>12:30-15:30 (犀川B)</del>			
4	月	<del>春季強化合宿 (菅平高原)-</del>				
5	火					
6	水					

練習会場の記載例 犀川G (A・B・C面) …長野市宮犀川第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  
 予定フォントの凡例: 青太字下線は、クラブイベント/試合/遠征。 黒字は練習。 赤太字は追記または訂正。 取消太線は予定削除



いっしょにサッカーやろ  
うぜ!  
クラブ員 大募集中!

長野県長野市西尾張部290-2  
090-4464-7107

サッカー選手を目指す君へ～夢を叶える神様からの10の言葉

1. スパイクを磨く
2. トイレ掃除をする
3. 学校から帰ったら大切な自由時間に何をするか考える
4. その日頑張った自分をほめる
5. 夢を楽しく想像する
6. 明日の準備をする
7. 身近にいる一番大事な人を喜ばせる
8. 誰かのいいところを見つけてほめる
9. やらずに後悔したことを直ぐにはじめる
10. 毎日感謝する