

長野FCガーフ 2021年4月 スケジュール

日 曜	ガーフJrU12 (6年～4年) 4種	ガーフJrU9 (3年～園児年中) 4種	ガーフガールズU12 (6年～1年)	ガーフ1種 社会人	元気くん サッカー教室	連絡事項
3 土	殖生SSS U12交流会 (千曲市サッカー場) 6 北信Cリーグ (リバー) 4 12:30-15:30 (犀川) 4・5 (発会式)	8:30 発会式 (犀川) 1・2・3 8:30-11:30 (犀川) 1・2・3	8:30 発会式 (犀川) 8:30-11:30 (犀川)			
4 日	長野FC総会 9:00-10:30 zoomミーティング					
	TM諏訪FC (筑北村サッカー場) 12:30～ 6 12:30-15:30 (犀川) 4・5					
7 水	19:00-21:00 (川中島体) 6 19:00-21:00 (長野運動公園サブ体) 5 19:00-21:00 (古牧体) 4					
10 土	北信Bリーグ (リバー) 5 9:00-12:00 (犀川) 6 12:30-15:30 (犀川) 4・5	長野市U9/U8リーグ (犀川) 9:00-12:00 (犀川) 1・2・3				
11 日	チラベルトカップ① (松本市) 6 12:30-15:30 (犀川) 4・5	9:00-12:00 (犀川) 1・2・3	9:00-12:00 (犀川)		8:30 受付開始 9:00～11:00 (犀川)	
14 水	19:00-21:00 (長野運動公園サブ体) 6					
17 土	FM NOZAWANA (飯綱バドミントンコート) 6 12:30-15:30 (犀川) 4・5 13:00-15:00 (サンマリーン) 5 12:30-15:30 (長野リスタ屋内) 4					
18 日	TMアルティスタ 4・6 12:30-15:30 (犀川) 5	12:30-15:30 (犀川) 4・5 11:00-13:00 (サンマリーン)	12:30-15:30 (犀川) 4・5			
21 水	19:00-21:00 (朝陽体) 6 19:00-21:00 (長野運動公園サブ体) 5 19:00-21:00 (若穂体) 4					
24 土	北信Aリーグ (リバー) 6 12:30-15:30 (犀川) 4・5	12:30-15:30 (犀川) 1・2・3	12:30-15:30 (犀川)			
25 日	チラベルトカップ② (松本市) 6 TM篠ノ井SC (古牧小) 5 12:30-15:30 (若穂中央公園) 4	アンビシャスTM (犀川) 3				リモート監督会議 20:00～
29 木	北信Cリーグ (リバー) 4 TM (東御市) 5・6	TM9:00-13:00 (犀川) 1・2・3	9:00-12:00 (犀川)			
1 土	TMアンビシャス (犀川) 4 8:30-11:30 (大豆島運動場) 5・6					リモート理事会 20:00～
2 日	北信ABリーグ (リバー) 5・6 12:30-15:30 (犀川) 4	12:30-15:30 (犀川) 1・2・3	12:30-15:30 (犀川)			
4 火		春季合宿 (菅平高原) 1・2・3				
5 水	春季強化合宿 (菅平高原) 4・5・6		春季強化合宿 (菅平高原)			

練習会場の記載例 犀川G (A・B・C面) …長野市菅犀川第2緑地フットボール場 ◎古牧体…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



info@naganofc.com
090-4464-7107

みんな仲間!
一緒にサッカーやろう!
いつでも見学できるよ!

小学生女子限定!!
ガールズチーム活動中!!
サッカー好き! サッカーしたい!
女の子みんな集まれ!!

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