

長野FCガーフ 2022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
2 土	プレミアU11 (筑北サッカー場) 5 12:30-15:30 (犀川B) 4・6	8:30-11:30 (長野運動公園広場) 1・2・3	8:30-11:30 (長野運動公園 広場)			
3 日	北信Aリーグ (リバー) 6 12:30-15:30 (犀川B) 4・5・6					
6 水	19:00-21:00 (日大富竹G) 4・5・6 (西村 タリニッタ6年)					
9 土	北信Cリーグ (リバー) 4 スプリングカップU10 (リバー) 4 12:30-15:30 (犀川C) 5・6	8:30-11:30 (犀川C) 1・2・3	8:30-11:30 (犀川C) 1・ 2・3			リモート理事会 20:00～
10 日	北信Bリーグ (リバー) 5 スプリングカップU12,U11 (リバー) 5・6 12:30-15:30 (古牧小G) 4	長野市U9/U8リーグ (犀川C)				5月会場抽選〆切
13 水	19:00-21:00 (日大富竹G) 4・5・6					
16 土	12:30-15:30 (若穂中央公園) 4・5・6					
17 日	北信Aリーグ (リバー) 6 12:30-15:30 (犀川C) 4・5・6	8:30-11:30 (犀川C) 1・2・3	8:30-11:30 (犀川C)		8:30 受付開始 9:00～11:00 (犀川C)	
20 水	19:00-21:00 (日大富竹G) 4・5・6					
23 土	チラヘルトカップ① (松本市) 6 フラワーカップ2022 (昭和小) 5 北信Cリーグ (リバー) 4 12:30-15:30 (犀川B) 6					
24 日	チラヘルトカップ② (松本市) 6 フラワーカップ2022 (飯縄高原) 6 北信Bリーグ (リバー) 5 8:30-11:30 (犀川C) 4	8:30-11:30 (犀川C) 1・2・3	8:30-11:30 (犀川C)			
27 水	19:00-21:00 (日大富竹G) 4・5・6					
29 金	チラヘルトカップ③ (松本市) 6 フラワーカップ2022 (会場未確定) 5・6 春季強化合宿 (菅平高原) 4	4/29-4/30春季強化合宿 (菅平高原)	4/29-4/30春季強化合宿 (菅平 高原)			
30 土	フラワーカップ2022 (会場未確定) 5・6 春季強化合宿 (菅平高原) 4					
1 日	北信Aリーグ (リバー) 6 春季強化合宿 (菅平高原) 4・5					

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 ◎その他市宮社会体育館
 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
080-6995-3465

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

www.naganofc.com

since 1987