

長野FCガーフ 2023年4月 スケジュール

日	曜	JY (中学生) 3種	JrU12 (6年~4年) 4種	JrU9 (3年~年中) 4種	ガールズU12 (6年~1年)	1種 社会人	元気くん サッカー教室
1	土	9:00-12:00審判取得講習会 (ホワイトリング) 14:00-17:00 (長野運動公園 広場) 合同TR	増生カップU12 (千曲市サッカー場) 6 U11TM(リバー) 5 JFC須坂TM (須坂市) 4				
2	日	8:30-11:30 (犀川G先着順)	8:30-11:30 (犀川G先着順) 12:15-16:00篠ノ井JrSCTM (山崎 G) 4	アンテロープTM (塩尻中央 スポ公園) U8・U9	8:30-11:30 (犀川G先 着順)		
4	火	19:00-20:30 (ホワイトリン グ) 合同TR					
5	水	19:00-21:00 (日大富竹G) 西村クリニック	19:00-21:00 (日大富竹G)				
8	土	U15北信リーグ (墨坂中)	北信Aリーグ (リバー) 6 北信Cリーグ (リバー) 4 12:30-15:30 (大豆島G) 5				
9	日	12:30-15:30 (犀川B)	北信Bリーグ (リバー) 5 12:30-15:30 (犀川C) 4・6	8:30-11:30 (犀川C)	8:30-11:30 (犀川C)		8:30 受付開始 9:00~11:00 (犀川C)
11	火	19:00-20:30 (ホワイトリン グ) 合同TR					
12	水	19:00-21:00 (日大富竹G)	19:00-21:00 (日大富竹G) 西村ク リニック6年				
15	土	8:30-11:30 (犀川A)	北信Bリーグ (リバー) 5 北信Cリーグ (リバー) 4 8:30-11:30 (大豆島G) 6	8:30-11:30 (大豆島G)			
16	日	12:30-15:30 (犀川B)	北信Aリーグ (リバー) 6 12:30-15:30 (大豆島G) 4・5	U9U8リーグ (犀川C)	8:30-11:30 (犀川B)		
18	火	19:00-20:30 (ホワイトリン グ) 合同TR					
19	水	19:00-21:00 (日大富竹G)	19:00-21:00 (日大富竹G) 西村ク リニック5年				
22	土	U15北信リーグ (墨坂中)	北信Aリーグ (リバー) 6 北信Cリーグ (リバー) 4 チラベルトカップU12 (松本) 6 8:30-11:30 (大豆島G) 5				
23	日	12:30-15:30 (若穂中央公 園)	北信Bリーグ (リバー) 5 チラベルトカップU12 (松本) 6 12:30-15:30 (犀川B) 4	8:30-11:30 (犀川B)	8:30-11:30 (犀川B)		
25	火	19:00-20:30 (ホワイトリン グ) 合同TR					
26	水	19:00-21:00 (日大富竹G)	19:00-21:00 (日大富竹G)				
29	土	U15北信リーグ (犀陵中) 春季強化合宿 (菅平高原)	春季強化合宿 (菅平高原) 西村ク リニック	春季強化合宿 (菅平高原)	春季強化合宿 (菅平高原)		
30	日	春季強化合宿 (菅平高原)	春季強化合宿 (菅平高原)		春季強化合宿 (菅平高原)	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) …長野市営犀川第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
 予定フロントの凡例: 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!

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

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