

## 長野FCガーフ 2025年10月 スケジュール

| 日  | 曜 | ガーフ J Y<br>(中学生) 3 種             | ガーフ Jr U12<br>(6年～4年) 4種                                                                           | ガーフ Jr U9<br>(3年～1年) 4種                                        | ガーフ ガールズ U12<br>(6年～1年)       | ガーフ 1種<br>社会人 | 元気くん<br>サッカー教室                                 |
|----|---|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------|------------------------------------------------|
| 1  | 水 | 19:00-21:00 (日大富竹G)              | 19:00-21:00 (日大富竹G) <a href="#">西村クリニック5</a>                                                       |                                                                |                               |               |                                                |
| 4  | 土 | 8:30-11:30 (桜ヶ岡中G)               | <a href="#">北信Bリーグ (リバー) 5</a><br><a href="#">U12 アルフット安曇野秋季交流会 6</a><br>12:30-15:30 (犀川C) 4       | <a href="#">U8 テビッコ恐竜杯</a>                                     |                               |               |                                                |
| 5  | 日 | <a href="#">U15北信リーグ (飯山河川敷)</a> | <a href="#">U10 アルフット安曇野秋季交流会 4</a><br>8:30-11:30 (桜ヶ岡中G) 5・6                                      | <a href="#">U9U8リーグ (犀川C)</a>                                  |                               |               |                                                |
| 7  | 火 | OFF                              |                                                                                                    |                                                                |                               |               |                                                |
| 8  | 水 | 19:00-21:00 (日大富竹G)              | 19:00-21:00 (日大富竹G)                                                                                |                                                                |                               |               |                                                |
| 11 | 土 | <a href="#">U15北信リーグ (飯山河川敷)</a> | <a href="#">JFA全日本U12サッカー選手権 5・6</a><br>12:30-15:30 (大豆島G) 4・5                                     |                                                                |                               |               |                                                |
| 12 | 日 | 8:30-11:30 (桜ヶ岡中G)               | <a href="#">U11 アルフット安曇野秋季交流会 5</a><br>12:30-15:30 (大豆島G) 4・6                                      | 12:30-15:30 (大豆島G)                                             |                               |               |                                                |
| 13 | 月 | 8:30-11:30 (桜ヶ岡中G)               | <a href="#">JFA全日本U12サッカー選手権 5・6</a><br>8:30-12:30 (大豆島G) 4・5                                      |                                                                | <a href="#">ダイハツカップ (日大G)</a> |               |                                                |
| 14 | 火 | OFF                              |                                                                                                    |                                                                |                               |               |                                                |
| 15 | 水 | 19:00-21:00 (日大富竹G)              | 19:00-21:00 (日大富竹G) 4・6 <a href="#">西村クリニック6</a>                                                   |                                                                |                               |               |                                                |
| 18 | 土 | 8:30-11:30 (桜ヶ岡中G)<br>フィジカル測定    | <a href="#">PLEMIAリーグ (梓川ふるさと公園) 5</a><br>12:30-15:30 (大豆島G) 4・6                                   |                                                                |                               |               |                                                |
| 19 | 日 | 8:30-11:30 (桜ヶ岡中G)               | 12:30-15:30 (犀川A)                                                                                  | <a href="#">U9U8リーグ (犀川C)</a>                                  |                               |               |                                                |
| 21 | 火 | OFF                              |                                                                                                    |                                                                |                               |               |                                                |
| 22 | 水 | 19:00-21:00 (日大富竹G)              | 19:00-21:00 (日大富竹G) <a href="#">西村クリニック4</a>                                                       |                                                                |                               |               |                                                |
| 25 | 土 | 8:30-11:30 (犀川A)                 | <a href="#">JFA全日本U12サッカー選手権 5・6</a><br><a href="#">U10 川淵三郎杯 兼 千曲市長杯 4</a><br>12:30-15:30 (犀川C) 5 | <a href="#">秋季STI杯 予選R (筑北サッカー場) 3</a>                         |                               |               |                                                |
| 26 | 日 | 8:30-11:30 (桜ヶ岡中G)               | <a href="#">JFA U11長野県サッカー選手権 5</a><br><a href="#">U10 川淵三郎杯 兼 千曲市長杯 4</a><br>12:30-15:30 (大豆島G) 6 | <a href="#">秋季STI杯 順位T (筑北サッカー場) 3</a><br>12:30-15:30 (大豆島G) 1 |                               |               | <a href="#">13:00-15:00 (大豆島G) 受付 (12:45～)</a> |
| 28 | 火 | 19:00-21:00 (古牧小体育館)             |                                                                                                    |                                                                |                               |               |                                                |
| 29 | 水 | 19:00-21:00 (日大富竹G)              | 19:00-21:00 (日大富竹G)                                                                                |                                                                |                               |               |                                                |

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  
 TEL090-1867-1374

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！！**

#### クライフ14のルール

- 社会への関わり スポーツでも人生においても大切なこと
- テクニク 基本
- 戦術 何をすべきか考えよう
- 成長 スポーツは身体と心を育てる
- 学ぶために 毎日何か新しいことを学ぼう
- 協力 試合では重要な要素
- 創造性 スポーツの美しさ

[www.naganofc.com](http://www.naganofc.com)

since 1987