

愛知工業大学名電中学校 サッカ一部

～ 2021年2月 予定 ～

*日没が早いので準備に時間をかけないようにしよう。
 *雨天時は校内での練習が禁止のためオフとするので、家庭で体幹をやろう。
 *咳や発熱などの体調不良の場合は練習には不参加とします。
 *直前で予定が変わる場合はLINEで連絡します。

日	曜	活動時間		場 所	練習・活動内容	備 考
		AM	PM			
1	月					生徒自宅学習
2	火					生徒自宅学習
3	水					生徒自宅学習
4	木		15:30~17:00	中庭	インターバル走→ボールを使った練習	
5	金		15:30~17:00	千種公園	MP・ボールコントロール・ヘディング・トラリアングル・対面パスからスタート	
6	土					
7	日					
8	月					
9	火		15:30~17:00	中庭or瑞若	インターバル走→ボールを使った練習	
10	水					
11	木					第2回入試・建国記念の日
12	金		15:30~17:00	千種公園	MP・ボールコントロール・ヘディング・トラリアングル・対面パスからスタート	
13	土		12:45~14:30	中庭or瑞若	MP・サーキットトレーニング→ボールを使った練習	登校日
14	日					
15	月					
16	火		15:30~17:00	中庭or瑞若	体幹・サーキットトレーニング→ボールを使った練習	
17	水					
18	木		15:30~17:00	中庭	インターバル走→ボールを使った練習	
19	金					指名補習
20	土					新入生登校日
21	日					
22	月					指名補習
23	火					天皇誕生日
24	水					指名補習
25	木					指名補習
26	金					指名補習
27	土					
28	日					

○学習、特に課題優先！課題に未提出がある人は部活に参加しません。

○けがや、部活の欠席については必ず顧問に報告してください。

○活動場所は野球部が千種公園に行くときはサッカー部も千種公園です。