

# 上田南リーグ 2018年10月予定表 コンダツのスローガン 【「チヨウケン挑戦なくしてセイコウ成功なし!」失敗してもOK、やってみよう!】 (ヤナギサワ柳沢コーチ)

日	曜日	シニア		リトル		マイナー		ファーム	学校行事・リーグ会議など	自主練チェック欄			
		中2	中1	小6	小5	小4	小3	小2以下		素振り	ストレッチ	筋トレ	ランニング
1	月								望月中間				
2	火	17:30~20:00							// 六中中間				
3	水	18:00~20:30(城跡)		17:15~20:00		17:15~19:30			//				
4	木			17:15~20:00		17:15~19:30			四中・青木中間				
5	金	17:30~20:00							//				
6	土	12:30 ~ 17:00		8:00~12:00		8:00~12:00		9:00~12:00	中塩田小/神科小運動会				
7	日	東北信新人大会予備日		信越秋季大会(塩尻)		古戦場マラソン~15:00		古戦場マラソン					
8	月			信越秋季大会(塩尻)									
9	火												
10	水	17:30~20:30(県営)		17:15~20:00		17:15~19:30							
11	木			17:15~20:00		17:15~19:30			塩田中間				
12	金	17:30~20:00											
13	土	8:00~12:00		12:30 ~ 16:30		12:30 ~ 16:30		13:30 ~ 16:30					
14	日	練習試合(HIOKI)【清掃】		信越秋季大会予備日		練習試合(遠征)		9:00~12:00					
15	月								連絡会議				
16	火	17:30~20:00											
17	水	18:00~20:30(城跡)		17:15~20:00		17:15~19:30			川辺6年修学旅行				
18	木			17:15~20:00		17:15~19:30			//				
19	金	17:30~20:00											
20	土	東信秋季大会(HIOKI)		スポ少県大会(安曇野)		8:00~12:00		9:00~12:00					
21	日	新人大会順位決定戦(中南信) /東信秋季大会(HIOKI)【清掃】		スポ少県大会予備日		練習試合(遠征)		9:00~12:00					
22	月												
23	火	17:30~20:00											
24	水	18:00~20:30(城跡)		17:15~20:00		17:15~19:30							
25	木			17:15~20:00		17:15~19:30							
26	金	17:30~20:00											
27	土	12:30 ~ 17:00		東信秋季大会(古舟)		東信秋季大会(古舟)		9:00~12:00	卒団・修了式打ち合わせ/新旧役員懇親会/Kリーググランド使用				
28	日	練習試合 諏訪ボーイズ(伊那大芝)		東信秋季大会(古舟)		東信秋季大会(古舟)		9:00~12:00	//				
29	月												
30	火	17:30~20:00											
31	水	17:00~20:00(県営)		17:15~20:00		17:15~19:30							

【清掃】は選手クラブハウス清掃