

上田南リーグ 2019年2月 予定表 コンゲツ 今月のスローガン【モクヒョウ ム 目標に向かってしっかり行動ユウドウできているか、ツネ イシキ常に意識せよ】ヒダ イカントク（比田井監督）

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	テスト休み	小6・小5	IM 小6	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	金	17:30~20:30											
2	土	12:30~17:00		8:00~12:00(第2⇒1)	10:30~14:00(第1)	8:00~12:00(第1⇒2)		9:00~12:00(川西社会体育館)					
3	日	12:30~17:00		8:00~12:00(第2⇒1)	10:30~14:00(第1)	9:00~12:00(川西社会体育館)		8:00~11:30(第1⇒2)	リトル信越定期総会(松本)				
4	月												
5	火	17:30~20:30	丸子北、四中、六中、立科										
6	水	18:00~20:00(希望者のみ)	丸子北、四中、六中、立科、佐久東、小諸東、望月	17:15~20:00(第1)		17:15~19:30(第2)							
7	木			17:15~20:00(第1)		17:15~19:30(第2)							
8	金	17:30~20:30	丸子北、四中、六中、立科、佐久東、小諸東、望月、北御牧、塩田										
9	土	9:00~12:00	丸子北、四中、六中、立科、佐久東、小諸東、望月、北御牧、塩田	13:00~17:00(第1⇒2)	10:30~14:00(第1)	13:00~17:00(第2⇒1)		9:00~12:00(川西社会体育館)					
10	日			7:30~10:00(第1) 10:30~12:00 (メディカルチェック)	10:30~12:00 (メディカルチェック)	9:30~11:30 (メディカルチェック) 12:00~14:30 (第2室内)	←4年生 / ↓3年生 12:00~14:30 (第2室内)	9:00~12:00(川西社会体育館)	リトル信越連盟審判講習会第1室内使用 12:30~17:00				
11	月			休み	12:00~16:00(第1)	8:00~12:00(第1)長野南合同							
12	火	17:30~20:30	四中、六中、立科、佐久東、小諸東、望月、北御牧、塩田						丸子北期末 四中・六中・立科期末				
13	水	18:00~20:00(希望者のみ)	小諸東、望月、北御牧、塩田	17:15~20:00(第2)		17:15~19:30(第1)			佐久東期末 " 小諸東・望月・期末				
14	木			17:15~20:00(第1)		17:15~19:30(第2)			北御牧期末 塩田期末 "				
15	金	17:30~20:30	東部、丸子						"				
16	土	12:30~17:00	東部、丸子	8:00~12:00(第2⇒1)	10:30~14:00(第1)	8:00~12:00(第1⇒2)		9:00~12:00(川西社会体育館)					
17	日	8:00~16:00	東部、丸子	休み		休み		休み	シニア信越連盟審判講習会第1室内使用 8:00~16:00 小学生リフト無料(第3日曜日)				
18	月												
19	火	17:30~20:30	東部、丸子										
20	水	18:00~20:00(希望者のみ)	東部、丸子	17:15~20:00(第1)		17:15~19:30(第2)			東部期末				
21	木			17:15~20:00(第1)		17:15~19:30(第2)			" 丸子期末				
22	金	17:30~20:30							"				
23	土	12:30~17:00		北砂・利府(葛西)	8:00~11:00(第2)	8:00~12:00(第1)望月合同		9:00~12:00(川西社会体育館)					
24	日	8:00~12:30		浦和(浦和)	11:00~14:00 (第1⇒2)	9:00~12:00(川西社会体育館)		13:00~16:00(第2)	リトル信越連盟U12トライアウト第1室内使用 12:30~17:00				
25	月												
26	火	17:30~20:30											
27	水	18:00~20:00(希望者のみ)		17:15~20:00(第2)		17:15~19:30(第1)							
28	木			17:15~20:00(第1)		17:15~19:30(第2)							

【清掃】は選手クラブハウス清掃

ファーム 大塚 伊織

上田南リーグ 2019年3月 予定表

コンゲツ **今月のスローガン**

ヒ ビ セイ チョウ 【日々成長。”今、この瞬間を大事に！”】

イマ シュンカン ダイジ **(太田監督)**

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	IM 小6	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	金												
2	土	練習試合 愛知豊橋(豊橋)		8:00~12:00(第1)	稲城(稲城)	12:30~16:30(第1)		9:00~12:00(南Jr.合同)					
3	日	練習試合 名古屋富士ボーイズ(名古屋)		グラウンド準備~野球教室		グラウンド準備~野球教室		グラウンド準備~12:00	AMグラウンド準備/PM野球教室				
4	月												
5	火	17:30~20:00											
6	水	17:30~20:00		17:15~20:00		17:15~20:00	17:15~19:30						
7	木			17:15~20:00		17:15~20:00	17:15~19:30						
8	金	17:30~20:00											
9	土	募集体験会/~16:00		募集体験会/~16:00		募集体験会/~15:30(センター側)㊟		募集体験会	募集体験会				
10	日	練習試合 長野若穂、長岡(HIOKI)	練習試合 小諸、長岡(小諸)	長野南(長野南)	松本(松本)	武蔵府中・大宮(府中)㊟	9:00~12:00	9:00~12:00					
11	月												
12	火	17:30~20:00											
13	水	17:30~20:00		17:15~20:00		17:15~20:00	17:15~19:30						
14	木			17:15~20:00		17:15~20:00	17:15~19:30						
15	金	17:30~20:00											
16	土	13:00~17:00	練習試合 長野東(HIOKI)	8:00~12:00	9:30~14:00	16:00~19:30(センター+第2)		14:00~17:00(センター+第2)					
17	日	練習試合 塩尻(塩尻)	8:00~16:00【清掃】	波田(波田)	8:00~16:00	上田(古舟)		9:00~12:00(第2)	東北信ブロック審判講習会(第1室内)				
18	月												
19	火	13:00~17:00											
20	水	13:00~17:00		17:15~20:00		17:15~20:00	17:15~19:30						
21	木	OB戦		8:00~12:00(第1)	8:00~12:00(第1)	オープン戦観戦(西武ドーム)㊟		オープン戦観戦(西武ドーム)					
22	金			台湾遠征									
23	土	8:00~12:00		”	12:30~16:00	12:30~16:30㊟		9:00~12:00					
24	日	8:00~12:00		”	12:30~16:00	松本南(島立)㊟		9:00~12:00					
25	月	全国選抜大会(大阪)		”									
26	火	”	8:00~12:00										
27	水	”	8:00~12:00	休み	休み	14:00~18:00㊟							
28	木	”		14:00~18:00		14:00~18:00							
29	金	”	8:00~12:00						大宮シニア				
30	土	”		7:00~10:00	7:00~10:00	7:00~10:00		休み	”				
31	日	” 練習試合 大宮・松本南(HIOKI)	8:00~12:00	須坂・長野東(長野東)	東練馬(和光)	須坂(望岳台)		9:00~12:00(第2)	”				

【清掃】は選手クラブハウス清掃

㊟リトル対象者マイナー活動日

ファーム 安静 蓮