

# 上田南リーグ 2019年2月 予定表 コングヅ 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できているか、 コウドウ 常に意識せよ】 ツネ イシキ (比田井監督) ヒダ イカントク

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2)		17:15~19:30(第1)							
7	木			17:15~19:30(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			8:00~11:00(第1) 11:30~13:00 (メディカルチェック)	11:30~13:00 (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1室内)	←4年生 / ↓3年生 12:00~14:30 (第1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)							
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			17:15~19:30(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	8:00~12:00	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2)		17:15~19:30(第1)			東部期末				
21	木			17:15~19:30(第1)		17:15~19:30(第2)			" 丸子期末				
22	金	17:30~20:30							"				
23	土	12:30~17:00	東京北砂・宮城利府(葛西)		8:00~11:00(第2)	8:00~12:00(第1)		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			17:15~19:30(第1)		17:15~19:30(第2)							

【清掃】は選手クラブハウス清掃