上田南リーグ　2025年1月　予定表　　スローガン【　　2025年巳年　蛇のように辛抱強く粘り強く行こう　　】(事務局)

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
		中2	中1	小6	小5	小4	小3	小2以下		
1	水									
2	木									
3	金									
4	土									
5	日	7:30～12:30								
6	月									
7	火	17:30～20:00								
8	水			17:30～20:00(グループB・D)		17:30～19:30(グループC・D)				
9	木			17:30～20:00(グループA・C)		17:30～19:30(グループA・B)				
10	金	17:30～20:00								
11	土	①12:30～16:00　②14:30～18:00		8:00～12:00						
12	日	メディカルチェック　9:15～11:00		メディカルチェック(11:00～12:45)/～16:00練習		練習8:00～/メディカルチェック(13:30～15:15)		8:00～12:00(第1室内)		
13	月	新年行事／練習 ～16:30		新年行事		新年行事		新年行事		
14	火	17:30～20:00								
15	水			17:30～20:00(グループA・D)		17:30～19:30(グループB・C)				
16	木			17:30～20:00(グループB・C)		17:30～19:30(グループA・D)				
17	金	17:30～20:00								
18	土	①7:30～11:00　②9:30～13:00		13:00～17:00		12:30～17:00		8:00～12:00(第2室内)	8:00～11:00(第2室内)	
19	日	休み		休み		休み		休み		シニア信越連盟審判講習会(第1室内)
20	月			特練　18:30～20:00		特練　18:00～19:30				
21	火	17:30～20:00								
22	水			17:30～20:00(グループA・B)		17:30～19:30(グループA・C)				
23	木			17:30～20:00(グループC・D)		17:30～19:30(グループB・D)				
24	金	17:30～20:00								
25	土	12:30～17:30		8:00～12:00		8:00～12:00(川西社会体育館)		8:00～12:00(第2室内)	8:00～11:00(第2室内)	
26	日	①7:30～11:00　②9:30～13:00		13:00～17:00		12:30～17:00		8:00～12:00(第2室内)	8:00～11:00(第2室内)	
27	月		テスト休み	特練　18:30～20:00		特練　18:00～19:30				
28	火	17:30～20:00	北御牧							
29	水			17:30～20:00(グループA・C)		17:30～19:30(グループA・B)				
30	木			17:30～20:00(グループB・D)		17:30～19:30(グループC・D)				
31	金	17:30～20:00	北御牧・佐久長聖・小諸東							

上田南リーグ　2025年2月　予定表

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
		中2・中1	試験休み	小6	小5	小4	小3	小2以下		
1	土	12:30～18:00	北御牧・佐久長聖・小諸東	8:00～14:00(第1)		8:00～14:00(Bグラウンド)		9:00～12:00(第2)		スポーツ栄養講座　13:00～、14:30～
2	日	8:00～12:30(第1)	北御牧・佐久長聖・小諸東	①13:00～16:00(A・C)②14:30～17:30(B・D)(第1)		12:30～17:00(Bグラウンド)		8:00～12:00(第2)	8:00～11:00(第2)	
3	月			特練　18:30～20:00		特練　18:00～19:30				北御牧
4	火	17:30～20:00	佐久長聖・小諸東							
5	水			17:30～20:00(グループB・C)		17:30～19:30(B・Cチーム)				佐久長聖
6	木			17:30～20:00(グループA・D)		17:30～19:30(A・Dチーム)				小諸東・佐久長聖
7	金	17:30～20:00	四中・六中・塩田・丸子・丸子北・芦原							小諸東
8	土	13:00～17:00(第1)	四中・六中・塩田・丸子・丸子北・芦原	7:00～10:00(第1)		7:00～9:30(Bグラウンド)		13:00～16:00(第2室内)		指導者研修会　10:00～12:00
9	日		四中・六中・塩田・丸子・丸子北・芦原	16:00～19:00(第1)		12:30～17:00(Bグラウンド)		9:00～12:00(第2室内)		リトル東北信審判講習会(第1室内)
10	月			特練　18:30～20:00		特練　18:00～19:30				
11	火	8:00～12:00	四中・六中・塩田・丸子・丸子北・芦原							
12	水			17:30～20:00(グループC・D)		17:30～19:30(グループC・D)				丸子北・芦原
13	木			17:30～20:00(グループA・B)		17:30～19:30(グループA・B)				四中・六中・塩田・丸子・丸子北・芦原
14	金	17:30～20:00	東部							四中・丸子
15	土	8:00～12:30(第1)	東部	①13:00～16:00(C・D)②14:30～17:30(A・B)(第1)		12:30～17:00(Bグラウンド・第2室内)		9:00～12:00(第2室内)		
16	日	①8:00～11:00　②9:30～12:30(第2)/東部:休み				休み		休み		シニア信越連盟審判講習会(第1室内)
17	月			特練　18:30～20:00		特練　18:00～19:30				
18	火	17:30～20:00	東部							
19	水			17:30～20:00(グループB・D)		17:30～19:30(B・Dチーム)				東部
20	木			17:30～20:00(グループA・C)		17:30～19:30(A・Cチーム)				
21	金	17:30～20:00								
22	土	12:30～17:30		①8:00～11:00(B・D)②9:30～12:30(A・C)(第1)		8:00～11:00(川西社会体育館)		8:00～12:00(第2室内)	8:00～11:00(第2室内)	川西社会体育館
23	日	7:30～12:30		①13:00～16:00(A・C)②14:30～17:30(B・D)(第1)		12:30～17:00(Bグラウンド)		13:00～17:00(第2室内)	13:00～16:00(第2室内)	
24	月									
25	火	17:30～20:00								
26	水			17:30～20:00(グループA・D)		17:30～19:30(グループC・D)				
27	木			17:30～20:00(グループB・C)		17:30～19:30(グループA・B)				
28	金	17:30～20:00								