



2016 夏スケジュール

南：南小 氷：氷室小学校 交野：交野いきいき 壬仁：壬仁公園 TR：練習 TM：試合

7月・8月	4年生	5年生	6年生	Jrユース 2nd	Jrユース TOP
20日	水 南：16:30~18:30 津田SSのみ	南：16:30~18:30 津田SSのみ	TR：南小16:30~18:30	TR：壬仁公園 13~15	TR：壬仁公園 13~15
21日	木 氷：17:00~18:30 氷室SSのみ	氷：17:00~18:30 氷室SSのみ	TR：壬仁 13~15	TM 津田中 午前	TM 津田中 午前
22日	金 南：17:00~18:30 津田SSのみ	南：17:00~18:30 津田SSのみ	TR：交野 9:30~12	TR：交野 ①9:30~12 ②19~21 (自由参加)	リーグ戦(公式戦) 午後 交野いきいき 19~21
23日	土 オフ	オフ	NFAカップ 電車移動 終日 滋賀県日帰り遠征 車移動 終日	TM 淀川河川敷 15~19	オフ
24日	日 TM さんが小学校 電車移動 午後	ミニゲームデー南9~10:30 全員自由参加	NFAカップ 電車移動 終日	TR：南 9~12 リーグ戦(公式戦) 午後	TR：南 9~12
25日	月 氷：17:00~18:30 氷室SSのみ	氷：17:00~19:00 津田SS参加可。自由参加	オフ *17時~の氷室SS有	オフ	TR：壬仁 13~15
26日	火 TR：壬仁 11~13	オフ	TR：壬仁 11~13	TR：壬仁 13~15	TR：壬仁 13~15
27日	水 南：16:30~18:30 津田SSのみ	南：16:30~18:30 氷室SS参加可。自由参加	TR：壬仁 13~15 南：17~19	TM 石切市民G 午前	未定
28日	木 氷：17:00~18:30 氷室SSのみ	氷：17~19 津田SS参加可。自由参加	TM 交野 9~13	TR：交野 13~15	TR：交野 13~15
29日	金 南：17:00~18:30 津田SSのみ	南：17:00~18:30 氷室SS参加可。自由参加	TR：壬仁 9~11 南：17~19	TM 宝塚 終日	TM 宝塚 終日
30日	土 オフ	リーベカップ 交野いきいき 終日	リーベカップ 交野いきいき 終日	TM 山田中 終日	TM 山田中 終日
31日	日 ミニゲームデー 9~10:30 全員自由参加	ミニゲームデー 9~10:30 全員自由参加	オフ	TR：南 9~12	TR：南 9~12
#####	月 氷：17:00~18:30 氷室SSのみ	滋賀県日帰り遠征 メンバーのみ	TR：氷室小 17~19	オフ	オフ
2日	火	夏合宿 IN 兵庫県		オフ	オフ
3日	水	夏合宿 IN 兵庫県		TR：場所未定 17~19	TR：場所未定 17~19
4日	木 氷：17:00~18:30 氷室SSのみ	壬仁：11~13 氷：17~18:30 自由参加	TR：壬仁 11~13	TR：壬仁 13~15	TR：壬仁 13~15
5日	金 南：17:00~18:30 津田SSのみ	南：17:00~18:30 氷室SS参加可。自由参加	TR：時間未定	TM 中の池 終日 7~15	TM 中の池 終日 7~15
6日	土 リーベカップ 交野いきいき 終日	リーベカップ 交野いきいき 終日	リーベカップ 交野いきいき 終日	オフ	オフ
7日	日 オフ	オフ	TM：枚方陸上競技場 午前 TR：南小 9~11	未定 (TR：南小 9~12)	未定 (TR：南小 9~12)
8日	月 氷：17:00~18:30 氷室SSのみ	氷：17:00~19:00 津田SS参加可。自由参加	オフ *17時~の氷室SS有	TR 壬仁 13~15	TR 壬仁 13~15
9日	火 オフ	オフ	オフ	香川遠征	
10日	水 南：16:30~18:30 津田SSのみ	南：16:30~18:30 氷室SS参加可。自由参加	TR：南 16:30~19	香川遠征	
11日	木 TM 四条畷人工芝 午前 車移動	TM 四条畷人工芝 午前 車移動	TM：交野 12~17	TM：交野 12~17	TM 四条畷人工芝 午後
12日	金 南：17:00~18:30 津田SSのみ	南：17:00~18:30 氷室SS参加可。自由参加	TR：壬仁 9~11	TR：壬仁 13~15	TR：壬仁 13~15
13日	土	広島遠征		オフ	オフ
14日	日	広島遠征		オフ	オフ
15日	月 オフ	オフ	オフ	オフ	オフ
16日	火 TR 壬仁 9~11	TR 壬仁 9~11	TR 壬仁 10~12	TR 壬仁 10~12	TM 中の池 11~19
17日	水 オフ	オフ	夏合宿 IN 和歌山県		
18日	木 オフ	オフ	夏合宿 IN 和歌山県		
19日	金 南：17:00~18:30 津田SSのみ	南：17:00~18:30 氷室SS参加可。自由参加	夏合宿 IN 和歌山県		
20日	土	夏合宿 IN 和歌山県		アクバスカップ IN 奈良 招待カップ IN 奈良	未定
21日	日 活動予定	活動予定	夏合宿 IN 和歌山県		招待カップ IN 奈良
22日	月 滋賀県日帰り遠征 メンバーのみ TR：氷 17~19	氷：17:00~19:00 津田SS参加可。自由参加	滋賀県日帰り遠征 メンバーのみ TR：氷 17~19	TR：中の池 7~10	リーベカップ 中の池 終日予定
23日	火 TR：壬仁 9~11	TR：壬仁 9~11	オフ	オフ	オフ
24日	水 南：16:30~18:30 津田SSのみ	南：16:30~18:30 氷室SS参加可。自由参加	TR：壬仁 11~13	TR：壬仁 13~15 *宿題チェック日	TR：壬仁 13~15 *宿題チェック日
25日	木 南：17:00~18:30 津田SSのみ	氷：17:00~19:00 津田SS参加可。自由参加	TR：時間 場所未定	リーベカップ 中の池 終日予定	TR：中の池 7~10
26日	金 南：17:00~18:30 津田SSのみ	南：17:00~18:30 氷室SS参加可。自由参加	TR：時間 場所未定	TR：交野 19~21	TR：交野 19~21
27日	土 リーベカップ	リーベカップ	リーベカップ	未定	未定
28日	日 オフ予定	オフ予定	オフ予定	未定	未定

- 1、水分多目、塩分チャージ・保冷材は各自で持ってきてましょう
- 2、体調が悪くなったらコーチやお友達にいうようにしましょう
- 3、パンやおにぎりなどの軽食を持ってくるようにして下さい
- 4、練習時は15分前集合を心がけましょう



- ・早寝・早起き・3食の食事・規則正しい生活を！！
- ・1日1回、お家でのお手伝いをやろう
- ・宿題、毎日少しずつやろう
- ・練習時は15分前集合を心がけましょう