

1月予定表

日付	予 定					
	1年生	2年生	3年生	ユース	トレセン	その他
1	1	日				【播磨ライス(U-14)カップ】 【1/4】 8:30姫路駅南集合(播磨光都サッカー場) 10:20～ vsIハイク、長野FC、愛知FC 【1/5】 7:30姫路駅南集合(播磨光都サッカー場) 9:15～ vsFCアロンザ、愛知FC、長野FC、SAGAWA SHIGA 【1/6】 7:30姫路駅南集合(播磨光都サッカー場) 9:15～ vsSAGAWA SHIGA、バンシニア、他
	2	月				
	3	火	初蹴り 10:00～12:00 (エストパーク)			
	4	水	練習 9:00～(エストパーク)	第13回播磨ライスカップ (播磨光都)		練習試合 vs呉港高校(エストパーク)
	5	木	練習 11:00～(エストパーク)	第13回播磨ライスカップ (播磨光都)		練習 13:00～(エストパーク)
	6	金		第13回播磨ライスカップ (播磨光都)		練習 時間未定(エストパーク)
	7	土	練習試合 vsKONKO(エストパーク)			練習 9:00～(エストパーク)
	8	日	トレセンメンバー以外、練習 9:00～(エストパーク)	イルソーレCUP (三木防災)	練習 9:00～(エストパーク)	練習 時間未定(エストパーク)
	9	月	練習 9:00～(エストパーク)	イルソーレCUP (三木防災)		練習試合 vs桂高校(エストパーク)
	10	火				
	11	水	18:45～(エストパーク) ※新中1合同練習会	※ 19:00～(新日鉄広畑)		18:00～(エストパーク)
	12	木				18:00～(エストパーク)
	13	金	※ 19:00～(新日鉄広畑)	18:45～(エストパーク)		18:00～(エストパーク)
	14	土	練習 14:00～(エストパーク)	練習 14:00～(エストパーク)	練習試合 vsイルソーレ(河合運動広場)	練習試合 vs玉野光南(エストパーク)
	15	日	試合or練習	練習試合 vsM.SERIO(三木山総合公園)		練習試合 vs創志学園(エストパーク)
	16	月				
	17	火	※ 18:30～20:30(エストパーク)			18:00～(エストパーク)
	18	水	18:45～(エストパーク) ※新中1合同練習会	※ 19:00～(新日鉄広畑)		18:00～(エストパーク)
	19	木				18:00～(エストパーク)
	20	金	※ 19:00～(新日鉄広畑)	18:45～(エストパーク)		18:00～(エストパーク)
	21	土	練習試合 vs7オルテ(中島公園)	練習 9:00～(エストパーク) 練習試合 vsDESAFIAR		練習 15:30～(エストパーク)
	22	日	試合or練習	試合or練習	試合or練習	試合or練習
	23	月				
	24	火	※ 18:30～20:30(エストパーク)			18:00～(エストパーク)
	25	水	18:45～(エストパーク) ※新中1合同練習会	※ 19:00～(新日鉄広畑)		18:00～(エストパーク)
	26	木				18:00～(エストパーク)
	27	金	※ 19:00～(新日鉄広畑)	18:45～(エストパーク)		18:00～(エストパーク)
	28	土	試合or練習	練習試合 vsVIVO、他(播磨光都第1)	練習 9:00～(エストパーク)	試合or練習
	29	日	4種交流戦(姫路大学) vs高砂ミネロ、英賀保、AC姫路	試合or練習		姫路市民大会 vs飾磨B、福崎(エストパーク)
	30	月				
	31	火	※ 18:30～20:30(エストパーク)			18:00～(エストパーク)

【第21回イルソーレカップ2023(U-14)】
 【1/8】 8:00姫路駅南集合(三木防災第2球技場)
 10:00 vsFC厚木、12:20 vs法隆寺FC、15:40 vsアヴァンサール
 【1/9】 7:30姫路駅南集合(三木防災)
 9:30 vs未定 ※前日の試合結果により決定

姫路トレセン
 [1年] 1/8 練習 9:00～11:30(灘中学校)
 [2年] 1/8 練習 9:00～12:00(書写中学校)

【1/7】 1年…11:00集合(エストパーク)
 12:00～ vsKNKO FC
 【1/14】 3年…7:30姫路駅南集合(河合運動広場)
 9:30～12:00 vsイルソーレ
 【1/15】 2年…10:30姫路駅南集合(三木山総合公園)
 12:30～ vsM.SERIO
 【1/21】 1年…8:00集合(中島公園)
 9:30～ vs7オルテ
 【1/21】 2年…練習 9:00～11:00(エストパーク)

2022年度 姫路市民大会
 1/29 11:30 vs飾磨高校、15:15 vs福崎高校(エストパーク)
 2/4 11:30 vs姫路工業、15:15 vs琴丘高校(エストパーク)
 2/5 準々決勝(球技スポーツセンター)
 2/11 決勝・準決勝(球技スポーツセンター)

【コロナウイルス感染拡大の防止対策として】
 ・移動はマスク着用
 ・手洗いがいの徹底
 ・着替え、飲食に関しては選手間の距離をしっかりとるように。 ※大きな声で話さない
 ・体調が悪い選手は参加しないように！
 (少しでも発熱や咳が出る時など)
 ・電車の選手はできるだけ他人と距離をとり、つり革、手すりは触らない。

欠席の場合は必ず自分で清水まで連絡をして下さい。
 清水:090-1894-7906 木村祥:080-7033-5200(変更)

※ 3年生は出来るだけ週1回は練習に参加しよう。(受験勉強とサッカーの両立を！)
 予定表には入っていませんが、試合・練習が入るかもしれません。

※ メンタルセミナーはコロナウイルスの感染拡大の状況をみて開催します。

場所、時間の変更や急に練習試合が入る可能性があります。
 都度連絡しますので、よろしくお願ひします。

Jr. ユース・ユース共に新たな出発です。”魂込めて”頑張ろう！