

かんとく通信 vor.52

さて！後半戦のスタートとなります。7月からは暑い季節
暑さに負けないように頑張りましょう！！

夏は、本番に向けての体力づくりのシーズンとなります。
高学年は、後半のリーグ戦を乗り切って、各カップ戦を
こなして、ジワジワと公式戦に向け詰めていく所です。

心して取り組んでください。又、7月と言えば、子供達
待望の夏休みが始まる月でもあります。準備はいいですか？
毎年、夏の暑さが増してきてるような気がします。

水分補給をまめにして、無理をしないように・・・

特に低学年は暑さにも慣れてなく、体も小さいので注意が
余計に必要です。コーチの指示で水分補給を言われたら
のどが渇いてなくても口を湿らすだけでも必ずやって下さい。
又、帽子、タオルを忘れずに七夕グラウンドに来てください。
暑いですが、練習を怠ることなく地味ですが取り組みは忘れ
ないように・・・

1つ1つ丁寧に練習して、自分の時間でサッカーボールを
扱って下さい。



夏野菜がどんどん取れて
きました。昼間は暑くて
作業はできませんので
朝晩でコツコツとやってます。

5番目のお孫ちゃん
が誕生いたしました
(^^♪嬉しい報告です。
元気な女の子でした。
そのうち七夕で遊んでや
ろう(^^)/

