



稲城トレーニングシステム

稲城市選抜招待大会2日目

名前

テーマ	日時	2026年2月23日(月祝) 8:30~16:00			
	会場	総合G/長峰VF	学年	U12	担当 浅倉 栄仁
Time	Menu			Key Point	
8:30	集合・あいさつ・出欠確認・ガイダンス 【Warming UP】 試合開始 解散			<div style="border: 1px solid black; width: 100%; height: 100%;"></div>	
選手 人の動き ポールの動き ポール コーン/マーカー コーチ					

振り返ってみよう！

出来たこと、出来なかったことを自己評価（1(まだまだ)~5(よかったです)）しましょう

トレーニング	評価	コメント
選抜大会を終えての感想		

次回の目標

これから何をすべきか、取り組む目標を考えましょう

評価 1~5点

--	--

今日の目標（個人の1日目標）

稲トレでの1日目標を書いてください。例：シュートを○本打つ！1vs1に○回勝つ！など

--	--

目標評価（個人の1日目標）

1日目標の評価を書いてください。(出来たこと、出来なかったこと、なんで出来なかったのか、どうすれば良いか)

評価 1~5点

--	--