

# 稲城シニア 自己チェックシート(試合用)

対戦チーム名

名前

	時間	
起床時間		
朝食		
自宅出発時間		
集合場所到着時間		
	注意事項	
打撃		
守備又は投球		
走塁		
ベンチの雰囲気		
その他		

試合結果

対

勝・負

試合後の反省点

成績(打撃)

成績(守備・投)

成績(走塁)

ベンチの雰囲気

全体

指導者欄