選手コンディショニング　チェックシート　JUNTOS Futebol Lab

※体調が優れない場合は、決して無理をせず、TRへの参加は控えて下さい。 **選手氏名：**

月日	体温		食事			起床時間	就寝時間	体調全般 ※該当するものがあれば○をつけて下さい	連絡事項等	保護者印	スタッフチェック
	起床時/登校前	TR参加前	朝	昼	夕						
記入例	36.5℃	36.3℃	○	○	○	6:30	22:30	喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：右足首捻挫　)	※何か連絡事項や心配な事があればご記入願います。	㊞	
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			
	℃	℃						喉の痛み・せき・だるさ・鼻水・息苦しさ・腹痛・下痢・味覚嗅覚異常・怪我(状態：　)			