

# ジュニアサッカー 10月～12月スケジュール&レッスン内容

## ● スケジュール

R01.09.09作成

曜日	学年	時間	10月	11月	12月	振替・休講
月曜日	小学1～3年	17:30～18:30	7、14、21、28日	4、11、18、25日	2、9、16、23日	
	小学4～6年	18:30～19:30				
金曜日	小学1～3年	17:30～18:30	4、11、18、25日	1、8、15、22日	6、13、20、27日	10/11 雨天時休講
	小学4～6年	18:30～19:30				

## ● レッスン内容

学年	内容	持物
1～3年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コーディネーショントレーニング（様々な動き）</li> <li>・ボールタッチ（リズムよく）</li> <li>・ドリブル（素早く、細かく触る）</li> <li>・パス（正確に）</li> <li>・シュート（狙いを定める、強く蹴る）</li> <li>・ゲーム（協調性・持久力）</li> </ul>	ボール  飲料  タオル
4～6年生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コーディネーショントレーニング（様々な動き）</li> <li>・ドリブル（素早く、細かく触る）</li> <li>・パス（正確に）</li> <li>・シュート（狙いを定める、強く蹴る）</li> <li>・ゲーム（協調性・持久力）</li> </ul> ※自主トレ：日常でボールを沢山触る。	

## ● 雨天の場合

雨天で中止の場合などのご連絡は、スマートフォンアプリ「LINE」で配信しております。是非ご登録をお願いいたします。

「LINE」での配信がない場合や「LINE」登録をされていない方は、お手数ですが開始30分前に管理事務所(0282-23-2523)まで各自お問合せください。

雨天の場合は、総合体育館で行いますので、体育館シューズをご持参ください。

@bhb8088b LINEの「友だち追加」から「ID検索」または「QRコード」で登録をお願いします。

