

ジュニアサッカー 01月～03月スケジュール&レッスン内容



R04.11.22作成

● スケジュール

曜 日	時 間	01月	02月	03月	振替・休講
月曜日	17:30～18:30	9、16、23、30日	6、13、20、27日	6、13、20、27日	
	18:30～19:30				

● レッスン内容

時 間	内 容	持 物
17:30～18:30	<ul style="list-style-type: none"> ・コーディネーショントレーニング（様々な動き） ・ボールタッチ（リズムよく） ・ドリブル（素早く、細かく触る） ・パス（正確に） ・シュート（狙いを定める、強く蹴る） ・ゲーム（協調性・持久力） 	ボール 飲 料 タオル
18:30～19:30	<ul style="list-style-type: none"> ・コーディネーショントレーニング（様々な動き） ・ドリブル（素早く、細かく触る） ・パス（正確に） ・シュート（狙いを定める、強く蹴る） ・ゲーム（協調性・持久力） ※自主トレ：日常でボールを沢山触る。	

● 雨天時並びに「新型コロナウイルス」感染拡大防止に伴う対応について

- ・雨天並びにグラウンドコンディション不良の場合は、原則中止としますが、状況によって屋内（メイン競技場）にて行う場合がございます。その際は、体育館用シューズをご持参ください。尚、連絡は「LINE@」にて配信いたします。
- ・教室参加前にご自宅にて検温していただき、37.5℃を超える場合、又は体調が優れない等は参加をご遠慮ください。



● アンケート調査のご協力について

当公園では、より一層ご利用の皆様にご満足いただくことを目指し、アンケート調査を実施しております。

ご多忙のところ大変恐縮ですが、URLサイト又はQRコードからアクセスしていただき、アンケートのご協力をお願い致します。

URL：<https://tochigi-park.com/survey/>

運動公園
アンケート調査
QRコード