

# ジュニアサッカー 04月～06月スケジュール&レッスン内容



R06.03.09作成

## ● スケジュール

曜 日	時 間	4月	5月	6月	振替・休講
月曜日	17:30～18:30	1、8、15、22日	13、20、27日	3、10、17、24日	5/6 休講
	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"> <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
18:30～19:30	<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。	

## ● 雨天時並びに感染症等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。

## ● 「LINE@」ご登録について

- ・荒天並びに講師都合の場合等、教室を休講とさせていただく場合があります。休講のご連絡は、スマートフォンアプリ「LINE@」にて配信いたします。運動公園公式「LINE@」QRコードにてアプリのご登録を宜しくお願い致します。また、「LINE@」登録が出来ない方は、お手数ですが施設窓口スタッフまでご連絡ください。



運動公園公式  
「LINE@」  
QRコード