

# ウェルネスサッカークラブ



2016

## 夏合宿募集案内

日 程： 8月21日(日)～8月23日(火) <2泊3日>  
(21日AM8:00頃集合 23日PM4:00解散) 予定

場 所： 国立淡路青少交流の家(兵庫県南あわじ市阿万塩屋町 757-39)

定 員： 250名 定員を超えた際はお申込用紙による抽選を行います。ご了承下さい。

募集対象： ウェルネスサッカークラブ会員 1～6年生対象

お申込み： 別紙お申込用紙に必要事項を記入の上、次週練習日までに担当コーチへお持ち下さい。  
尚、最終の締切日は7月2日(土)

キャンセル：お申込み後にキャンセルされる場合は、事務局までご連絡下さい。  
8月1日(月)よりキャンセル費が発生します。(10%～30%)

お問い合わせ：「ウェルネス事務局」

TEL 06-6433-3943 FAX 06-6433-3960

《平日 9:00～17:30》



# 〈きなスケジュール〉

1日目	活動内容
12:00	現地到着 お弁当
14:30	トレーニング
16:30	トレーニング終了
18:00	お風呂タイム
19:30	食事
20:00	夜の活動
21:00	就寝

2日目	活動内容
7:00	朝食
9:30	試合
12:00	昼食
13:30	試合
17:30	お風呂タイム
19:00	食事
20:00	ミーティング
21:00	就寝

3日目	活動内容
6:30	起床
7:00	朝食
9:00	試合
12:30	昼食
14:30	現地出発
17:00	解散

## 〈合宿でのテーマ〉

### ◆判断と自己主張のできる、たくましい選手を目指す◆

#### 【オン・ザ・ピッチ】

各学年のテーマに沿って、トレーニングと試合を3日間繰り返します。その中で皆さんのチャレンジを引き出します。課題も出てきますが、まずはチャレンジを認め、なぜ上手いかなかったのか？成功のために何が必要なのか？を考えられるように導いていきます。失敗のない、スケールの小さなプレーでは、向上はありません。テーマはありますが、個人の課題はそれぞれです。個別なコーチングで一人ひとりを伸ばしていきます。合宿という普段とは違う環境が、大きな刺激となり飛躍的に伸びるきっかけとなることは大いに期待されます。



#### 【オフ・ザ・ピッチ】

合宿では、サッカー以外（オフ・ザ・ピッチ）での集団での生活が大きな経験となります。親元を離れ、自分の事を自分でする場面が多く出てきます。サッカーを通して、食事や睡眠など良い習慣とは何かを学ぶことができます。習慣が身に付けば、自ら考え自分からできる姿がみられます。合宿ではきっかけとなり今後の積み重ねで、自然とできた時に、本当の自分の力となったと言えます。

また1年生から6年生までが参加する合宿です。低学年は、高学年に関わってもらった経験や、逆に伝える立場など役割ができてきます。そういった機会をつくることでコミュニケーションが生まれ、思いを言葉で伝えるという表現力を高めていきます。

