



スポーツチャレンジ(SC) ～蹴って、走って、投げて～



中村コーチ

天野コーチ

7/14(土)夢の島フットサル



第2回目のスポーツチャレンジ(SC)を開催しました。
今回は前回よりも暑い、気温34度もある中で行いました。

前回よりも、こまめに水を取りながら、自然と2グループに分かれてトレーニングを行いました。

未就学の部は、とにかくドリブルして、反対のゴールに入れることに夢中になって、3往復はしました。

貸し切りコートなんで、何をしても問題ありません。
思いっきり体を動かすことができます。



上級組は、1対1という実践的な練習を行っていました。
指導員MさんとSさんとの1対1はとっても見ごたえがありました。
今日の目標としていた、リフティングの回数がありました、なんと達成しました。
やればできるんです！できなかつたらあきらめず何回でもやる、そしたら、できるんです。