



チームToriha

～サッカーチームとしての活動～



イメージキャラクター
トリハー君

2023/7/23(日) 門前仲町

暑い中での練習会になりましたが、今日も参加選手は元気いっぱい動くことができました。アップから、指導員が見せる動きを、模倣していきます。どんどんメニューが変わっていくので忙しいです。体を徐々にあためていき、色々な走りにつなげていきます。後ろ歩きも、号令で止まります。この動き、結構難しいのですが、参加選手はきちんと止まれるようになっています。



ボールを使った練習は、だいぶ慣れてきており、スムーズにできる選手が増えてきています。色々な走りをするトレーニングでは、自分の番まで待つ、トレーニングもできています。ふざけている選手を、指導員ではなく、仲間の選手が声がけできるようになってきました。シュート練習では、ゴールキーパーがいたときの練習も行いました。最後は、ゲームをしましたが、3対3の同点で終了しました。暑い中、応援して下さった保護者様に、みんなで挨拶を行いました。前に出て声がけを行ってくれるリーダーたちは、大きな声がでるようになっています。

『チームトリハー』

サッカー×療育では、楽しくボールを蹴るだけでなく色々な走り方や、体の使い方のトレーニングをしております。広いグラウンドで走り回るのはとっても楽しいと思います。毎月日曜日に開催中です。 <http://www.trip-heart.jp/soccer>

トリプル・ハート(東京都中央区) <https://www.triple-heart.jp>
トリプル・ワーク(東京都中央区) <https://www.triple-work.jp>