



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

2024/7/21(日)門前仲町

とっても暑い中での練習会になり、少し動いては、水分補給ということを繰り返しながら行いました。ただ、参加された選手は、元気いっぱい動きまわっていました。皆でアップをして、体をほぐしていき、次に大きなフィールドで、体全体を動かしていきます。サイドステップや、後ろ歩きなどは、指導員の合図があると、その場で止まります。決して、指導員より先に行かないように、指導員の位置を見ながら取り組みます。ボールをネットに向かって蹴るトレーニングを行いました。みんな楽しそうに取り組んでいました。シャトルランは、笛の音を聞きながら、方向転換を素早く行うことができていました。



チームに分かれての練習は、それぞれ、目的を持って楽しんでボールを蹴ることを行います。また、体の使い方や、人のことを待つということも自然とできるようにトレーニングしております。暑い中、たくさんの保護者様が応援してくださり、このチームトリハーは運営できております。体を思いっきり動かすことは、やはり大事で、成長のスピードを上げてくれることがわかっております。なので、是非、この機会を使って頂き、また続ける環境を一緒に作れるようにしたいと考えております。挨拶は、とっても大事ですので、しっかり挨拶ができれば、保護者様より大きな拍手を頂けると幸いです。

『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と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>

1部 15時～16時 2部 16時～17時