

# 女子U-12 トレーニング メニュー

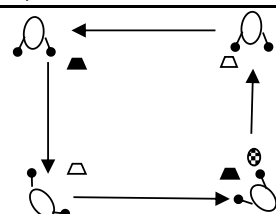
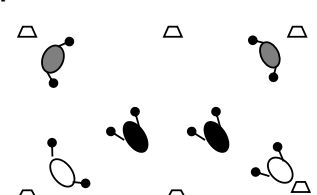
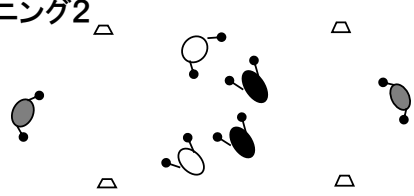
テーマ

テクニック

2015年 6月 8日(月) 天候 雨

ヘッドコーチ 高橋 アシスタントコーチ 池田・中村・松下 GK貴志

名前	出欠
恒石 彩華	○
園田 花蓮	○
桐野江 春加	○
岩根 颯希	○
浅山 茉緩	○
福留 礼音	○
北岡 岬	○
山下 妃華	○
太田 凧砂	○
菅森 杏	○
志波 葵	○
鈴木 雛子	○
井手段 祐有	○
川嶋 真代	○
藤居 由衣	○
桃原 愛歌	○
三浦 彩夢	○
中内 花咲	○
作山 亜沙美	○
浜野 まいか	○
山内 さくら	○
早瀬 彩来	○
小川 由姫	○
浅田 幸子	○
和田 麻希	○
内田 衣泉	○
竹中 凜	○
松本 未夢	○

メニュー	ポイント
①. W-UP ボールワーク パス&コントロール 	<b>KEY FACTOR</b> ●観ておく、観ながら、観る ●パス&コントロールの質 ●左右差なく ●タイミング ●準備
②. トレーニング1 2vs1+2vs1 	<b>KEY FACTOR</b> ●観ておく、観ながら、観る ●パス&コントロールの質 ●タイミング ●準備
③. トレーニング2 2vs2+2S 	
④. トレーニング3(GAME) 4チーム	
<b>(総合評価 コーチコメント)</b> まずはコントロール、パスの徹底。特にボールの置き場所を大事にした。また、逆足のが蹴れない選手が多いので、姿勢や視線もアプローチした。観ておくことができない選手が多いので、常に攻撃方向を意識した中で、相手、スペース、味方を観て、その中でテクニックを発揮できるようアプローチしていきたい。	

大阪府トレーニングセンター