

8月12日(水) 第3日目 くもりのち雨

時間	場所	内容
5:00		またもや目が覚めた!! 完全に時間にぼけている……。 また寝た。
6:30	ホテル	今日の予定はチームで動くことばかり…。午後は自由時間にしようと思っていたけど…。どうしようかな…。天気も良くなさそうだけど……。
7:00	ホテル	集合 ホテル前に。洗濯係は食事……。他の人は散歩。
7:30	ホテル	 
8:00	ホテルを出発	洗濯係とともに車で出発。今遠征、初めての洗濯だ。 デュッセルドルフの街中にあるランドリーに向かい出発。今日の当番は、早坂、陶山、中込、そして光。 ついでに選手みんなの日本への絵葉書を出すために郵便局へも行きました。 ちゃんと日本に届くかな??
		 
		ドイツのポストは黄色。郵便局のマークも黄色です。  トレーニング時間が迫り、帰りは超特急で車を走らせた。 気がつけばアウトバーンを163km/h 日本では考えられない……。
11:00	Vfb03 Hilden グランド	今日是对外ゲームはない。 トレーニングを行った。 課題であるゴール前の攻守…。 白熱した1時間半のトレーニングを気持ちよくできた。  

時間	場所	内容
13:30	レストラン	<p>昼食。トレーニングが押し13:00に予約でしたが、30分ほど遅刻…。</p> <div data-bbox="99 207 357 507" data-label="Text"> <p>渡辺龍馬君 この遠征中、心配だった食事だったが、なぜか全然平気…日本での合宿時のあの元気のない食事風景は何だったのか!?</p> </div> <div data-bbox="99 538 328 631" data-label="Text"> <p>もう～食えん…。</p> </div> <div data-bbox="382 211 996 544" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1011 207 1353 341" data-label="Text"> <p>みんなおいしい、おいしいとVサイン…… そのメニューは?</p> </div> <div data-bbox="382 565 536 752" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="589 596 729 679" data-label="Text"> <p>デザート</p> </div> <div data-bbox="796 584 951 723" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="991 495 1348 752" data-label="Image"> </div>
14:45	ホテル 出発	<p>天気は雨だが、みんなはテンションが高い! 午後は何する!? と聞くと…。</p> <div data-bbox="499 911 963 1025" data-label="Text"> <p>街へショッピング!!</p> </div> <div data-bbox="399 1046 921 1170" data-label="Text"> <p>っということで、ホテルにいても仕方がないので、デュッセルドルフの街中へ探検に行こうということで出かけることにした。</p> </div> <div data-bbox="933 886 1319 1170" data-label="Image"> </div>
15:30		<div data-bbox="159 1212 542 1440" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="178 1460 549 1502" data-label="Text"> <p>歩いて駅まで…私服でGooo。</p> </div> <div data-bbox="591 1212 978 1295" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="591 1295 978 1336" data-label="Text"> <p>Hilden駅に到着…。</p> </div> <div data-bbox="591 1336 978 1543" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="996 1212 1363 1263" data-label="Text"> <p>乗車券の切符切りマシーン!!</p> </div> <div data-bbox="1053 1263 1348 1502" data-label="Image"> </div>
18:45		<p>駅に集合。みんな無事に戻ってきた。そして雨が降っていたせいか、みんなびしょ濡れだ!」</p> <div data-bbox="999 1512 1342 1564" data-label="Text"> <p>電車の中…座り込み。</p> </div> <div data-bbox="1082 1564 1348 1740" data-label="Image"> </div>
		<div data-bbox="205 1657 685 1999" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="692 1709 1149 1999" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="971 1916 1363 1999" data-label="Text"> <p>ショッピング…まずはスポーツショップへ。</p> </div>

時間	場所	内容
19:15	Hilden Hbf	<p>ヒルデン駅に到着 雨の中、みんな元気にショッピングを楽しんだ。 そして、土地勘もない街中で、いろいろなアンテナを体から発生させ、面白いグッズがある店を探しまわっていた。</p> <p>光も、デパートのおもちゃ売り場から離れず……懇願していました。 そして歩き疲れ、帰りの電車の中ではずーっと寝ていました。</p> <p>ZzzzZ z***</p>
20:30	いつもの レストラン	<p>ショッピングで気分転換をしたせいか、みんな元気を取り戻した……。良かった。 そして本日のメニューは??</p> <p>今日の夕食のメニューはこれだ!!</p> <p>ZzzzZ z***</p> <p>瑠伽も、 食事中寝 そうだった!!</p> <p>今日は選手たちの好みそうな食事内容だ。 ポテトに、ソーセージの煮込んだもの。とてもおいしかったです。デザートのアイスクリームはいつもながらデカイ!!</p>
22:00	ホテルへ	<p>ホテルに戻った。今日は疲れました!</p>

皆川監督からのプレゼント

今日朝、ホテル前に集合した時、選手たちになにか英気というか、元気というか、力強さというか……伝わってこなかった。どうもお疲れモードだ。1. 2. さーんっと声をかけても今一反応が良くない。そしてとにかく本当の笑顔がない……作り笑顔だ。時差ボケ、知らない土地……ストレスで負けそうなのか?? 練習前のミーティングも選手たちの顔はすっきりしていない。楽しんでない。やらされている状態であった。これではドイツに来ている意味がない!! 今日はこのトレーニングだけだ。あとは自由な時間となる。そこで練習後、街へショッピングに行こうと決めた。雨は降っているけど、気分転換になればと思った。選手たち、さすがこういうときは、切り替えが早い。ファッション気にする奴、お金どうしようかって悩んでるやつ……その顔はみんな笑顔だった。雨の中の歩きだったので疲れたようだったが夕食の時間も、ショッピングの話題で持ち切り、今日は雨のためレストランの2階で食事、部屋中みんなの元気な声がこだましていた。



【石原 魁人】 Ishihara Kaito

今日は、6:30に起きて、ゆっくり一日の準備をしました。集合した後、街に出かけてジュースを買って、部屋に戻り、練習の準備をしました。ウイングイレブンで2試合ぐらいイメージトレーニングしたあと練習に行きました。でもイメージトレーニングとは違い、プレーではミスが続いてしまいました。シャワーで汗を流した後、ホテルに戻り、デュッセルドルフに下見に行く支度をしました。下見では、必要以上に買い物をしてしまいました。特に小さいボールはFortuna95のボールとチェルシーのボールを買ってしまいました。来週の月、火では必要なものだけ買うようにして、サッカーではドイツ人相手に自分のプレーをしっかりしたいです。

ドイツ人とのコミュニケーションは店員さんに英語で「How much?」と聞けたことです。他に特に話ができなかったので、明日からコミュニケーションを多く取れるように自分から話しかけていきたいです。

チャレンジしたことは、ルームキーを預ける時などに「Danke Schoen」と言ってみたり、すれ違ったりした人に、「Guten Morgen」や「Guten Tag」と言えたことです。これからも貴重なドイツ生活なので、積極的に挨拶をしていきたいです。

サッカーに関しては、練習だけでしたが、自分の思ったプレーができなかったことが反省です。明日からはドイツ人相手でもビビらず、しっかり体を当てて、自分の思ったプレーを実践できるようにしていきたいです。



【横森 俊介】 Yokomori Shunsuke

今朝は、6時半に起き、7時に玄関に行き、散歩をした。朝飯は昨日と一緒にベーコンなどを食べた。ベーコンはしょっぱかった。ご飯を食べた後は、休んでいた。その後10:40に宿舎を出て、11時からトレーニングをした。

トレーニングが終わった後、昼飯を食べた。量が多すぎて食べるのにとっても苦労した。そしてデュッセルドルフに買い物に出かけた。僕はクッションとタオルと筆箱を買った。

買い物途中、トイレに行きたくなり行くと、お金を払わなければならないことに、とても驚いた。そのあとは夜飯を食べて10時半に寝ました。

チャレンジしたことは、買い物に行く時、トイレに行きたかったのですが、ドイツ人に、トイレどこですか?と尋ねることができた。

自分の部屋のかぎが開かなかったので、掃除をしていたおばちゃんに開けてもらうことができた。

サッカーは、積極的に前へ行くことができた。それにやっとドイツの人工芝にも慣れるようことができた。

