

がんばろう  フォルトゥナ!

がんばろう  ニッポン!

サッカーファミリーのチカラをひとつに!

待ちに待った

夏休みがきたー!



今年の夏休みは、
短縮になってしまっ
た。それでも、夏休
みはウキウキするも
の！でも貴重な時
間・
一日一日をしつかり
楽しもう!

毎日の学習も大切ですよ。
本を読んだり、宿題をした
り、絵を書いたり、工作し
たり・自分自身でやるこ
とを決めてそれをやり遂げ
ることにチャレンジしてみ
よう! お父さん、お母さ
んのお手伝いもね!!



サッカーの活動は、県外
に出たり、宿泊できる機会
はないけど、各担当スタッ
フが一回一回の活動にきち
んと準備をして臨みますの
で選手たちも体調さちんと
整えて良いプレーが出せる
よう頑張れ!



感染症予防



手洗い
こまめに手を洗おう

第2波がやってく
る新型コロナウイルス、山梨
でも感染者が増えて
います。スタッフも
気を付けて行動をし
ていきますので、ご
父兄の皆様も観戦時
の行動などにも注
意していきましょう。

3蜜になら
ないように、
マスクを着用、
手洗いをこま
めにするこ
などできる予
防対策をきち
んとしていこ
う!

梅雨が明けて、
蒸し暑い日が続
きます。日中の活動
は暑さとの闘い!
睡眠・食事などの
体調管理をきちん
としましょう!

体幹力をつけよう！！ 転ばないバランス力を備えよう！！

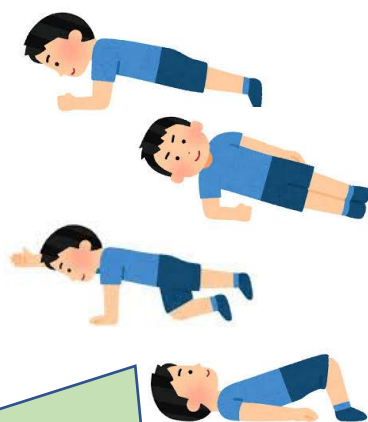


7月、この1か月で腕の骨の骨折をした選手が、数人発生！！
クラブとしても一大事！！ どうして？？腕？？ その大半が転倒時に手の付き方で、手首などに衝撃をあたえて折れてしまう・・・。

どうしたら防ぐことができるか？ 転倒の仕方、柔道の受け身を練習？？ などを考えましたが、そもそも転ばないようにすることが重要ではないかと考え、それには体の軸をしっかり感じた体幹力が必要ではないかということに行きつきました。山梨の出身選手である、中田英寿、選手は、プレー中に転びそうでも転ばない体幹力を備えていました。

幼少期から小学生にかけて、片足ケンケンをたくさんしたり、縄跳びでたくさんしてバランスを養ったりしていたことを、思い出します。みんなも真似してみよう！！

<https://www.youtube.com/watch?v=igf5JtUMPjY> 必見！！



体幹練習をじっくりやりたい選手は、周土コーチ、宗平コーチのところへ直行！！ 怪我の予防には大切

U-9大里招待サマーフェスティバル

U-9の選手たち、8月1日2日で大里SSSの招待フェスティバルに参加し、予選を1位で突破し、決勝戦へ進んだ。

予選L フォルトウナ 9-0 大里SSS

フォルトウナ 4-2 JFC白根

決勝戦 フォルトウナ 5-3 玉諸SSS

2点の先制をされながらも逆転での勝利、見事優勝を飾りました。おめでとう！！

『1日目頑張って2日目につないでくれた選手たち、2日目その思いを受け継ぎ頑張ってくれた選手たち、みんなの力、想いが一つになり優勝することができました。この暑さの中でみんなで苦しみ、支えあった2日間、良い経験となりました』 (担当コーチ：藤田健)



バンビーニ 紹介



毎週水・土曜日に活動している幼児クラス、年少から年長さんまでの子ども達、人数は少ないけどみんなで元気よく活動しています。

U-15リーグ交流戦スタート！！

新型コロナウイルスの感染拡大によりU-15県リーグ戦も縮小により交流戦となってしまいましたが、貴重な試合経験の場、選手みんなで練習の成果をだすこと、自身向上にチャレンジすることなどを目標に、来る高円宮杯に向けて頑張っていきましょう！！

新しい公式ユニフォームで！！



【事務局だより】

Check

□8月の活動について

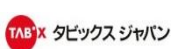
通常ですと、夏休みの活動となり試合・遠征などが多く、通常練習はできないことがあるのですが、今年は県外に出る機会、宿泊を伴う活動もないので通常の練習を行います。しかし、8月4日から21日までは送迎がありませんので、ご注意ください。送迎開始は、8月24日(火)からです。

尚、8月の送迎日は集金いたしません。

□お盆休みについて

8月11日(火)から17日(月)の間、お盆休みとし、通常練習はありません。ご注意ください。

フォルトウナ



広告枠 募集中



フォルトウナSCのフェイスブックURコードです