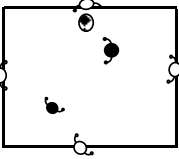


☆トレーニング計画表☆

FP20人:GK4人:6年4人

【テーマ】 ゲーム～声を出そう！～	日時	2012 年4月12日(木) 19:00 ~ 21:00				
	会場	ふれんど平尾	学年	U-11	担当	石原

TIME	MENU	KEY FACTOR
19:00	# 集合、挨拶、出欠確認	
19:20	【ウォーミングアップ】GK一緒 *リフティング往復	<ul style="list-style-type: none"> ・落とさず往復する。 ・ヘディング、胸など条件を入れてリフティング
19:30	給水	
19:35	【トレーニング①】GK一緒 4対2ハンドパス	<ul style="list-style-type: none"> ・必ず名前を呼んでからパスをする
		
19:50	給水	
20:00	【ゲーム】FP+GK	
20:50	ダウン・片付け・解散	

【成果】
