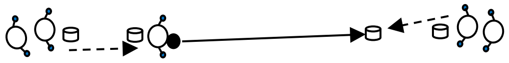
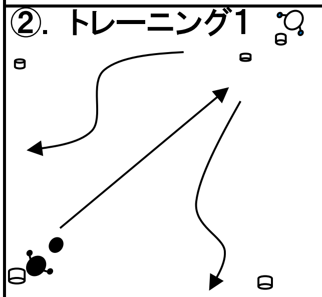
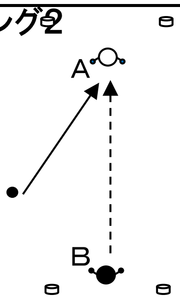
女子U-12 トレーニング メニュー

テーマ	**テクニック**

2014年　4 月　14 日(　月　)　天候　晴れ

ヘッドコーチ　松下　　アシスタントコーチ　貴志・・高橋・田中

名前	出欠

メニュー	ポイント
①. W-UP(15分程度)  マーカーでボールと人が パスの後はパスした方向	・動きながらのテクニック ・動きだしのタイミング ・観る
②. トレーニング1　1対1(ラインゴール)  DFのパスで開始 FWはマーカーの前で受け	・ファーストタッチの質 ・相手を観て、駆け引き
③. トレーニング2　1対1(ラインゴール)  コーチからの配給 OFはマーカー間の前で受ける	・DFのアプローチ ・ファーストタッチの質 ・相手を観て、駆け引き
④. トレーニング3(GAME) 8対8	

大阪府トレーニングセンター