



# 八尾南山本JSC トレーニングキャンプ2008



**開催日程 平成20年 8月15~17日**

**開催場所 ASCO THE PARK TANBA  
(アスコ・ザ・パーク TANBA)**

# 八尾南山本JSC

## トレーニングキャンプ2008

日時 平成20年 8/15 ~ 17

場所

アスコザパーク TANBA

〒669-4335 兵庫県丹波市市島町与戸字長者ヶ谷3114

tel. 0795-85-6066

### 合宿の目的

- ・ 2泊3日の共同生活の中で、チームワークを高める。
- ・ 集中トレーニングから、技術のレベルアップを図る。
- ・ 自己管理できることの大切さを知る。
- ・ 仲間とたくさんの思い出をつくる。

### MEMBER

STAFF	
coach	parent
後藤	合田
田島	谷
田上	小松
渡辺	丸尾
鳴原	
前田(和)	
藤井	
柳原	
谷口	
前田(博)	

U-12 (14名)	U-11 (8名)	U-10 (13名)
奥山	文能	位坂
朝田	井田	八幡
小林広	森	佐藤
谷	畠迫(悠)	南
合田	片岡	木下
荒井	土淵	小松
小林聖	小林硝	藤島
青山	山口(竜)	中西
清水		矢野(和)
矢野(浩)		畠迫(大)
長谷川		丸尾
野沢		野老
渡辺		山口(恭)
塩湯		

### PADRE

宿泊	日帰り
青山	荒井
奥山	高松
塩湯	小林
長谷川	岡田
森	合田
谷	
野老	
山口	
藤島	
朝田	

# SCHEDULE

8/11	8/12		8/13	
JSC	JSC	PADRE	JSC	PADRE
AM 6:15 集合 (白星舎)	AM 6:30 起床		AM 6:30 起床	
AM 6:45 出発	AM 9:00 FIELD TEST トレーニング	PADRE Olympic	AM 9:00 トレーニングマッチ ( VS 板宿FC) U-12/ U-11/ U-10	FREE
AM 11:00 ASCO 到着	AM 11:30 食事		PM 12:00 食事	
AM 11:30 カレーづくり 昼食 栄養士さんの講義 【夏場の食事】				
PM 14:00 ~ 16:00 FIELD TEST	PM 13:00 ~ 16:00 Generations CUP 2008 寄贈品(from PADRE)贈呈式		PM 13:00 ~ PM15:00 プレゼン	
PM 17:00 ~ 21:00 FREE 食事・風呂 ミーティング	PM 17:00 ~ 21:00 FREE 食事・風呂・		PM 15:30 ASCO 出発	
PM 21:30 ~ 就寝	PM 21:30 ~ 就寝		PM 19:00 八尾着	



## 準備物 (一例です。参考にしてください。)

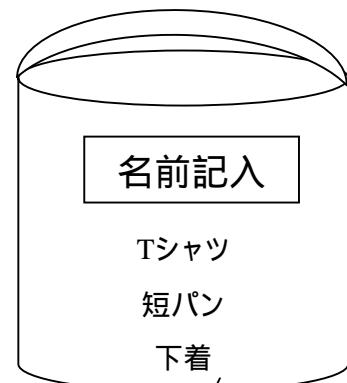


### <リュックサックに入れるもの>

- ・ ボール
- ・ スパイク
- ・ レガース
- ・ Tシャツ
- ・ スポーツタオル
- ・ スーパーの袋…2枚
- ・ 雨具
- ・ 新聞紙…2枚



ビニール袋 3セット



### <大力バンに入れるもの>

- ・ 試合用 (パンツ、ストッキング)…オレンジ
- ・ トレーニング用 (シャツ、パンツ、ストッキング)…3セット
- ・ ビニール袋に準備するもの (3枚それぞれに入れる。 袋に名前記入。)  
Tシャツ 短パン 下着(パンツ)
- ・ 靴下…2足
- ・ スポーツタオル…2枚
- ・ バスタオル…2枚
- ・ 洗面セット
- ・ お風呂セット
- ・ 筆記具

例えばの準備方法です。

各自で必要と思うものを、準備してください。

自分で準備するように!! そこから合宿が始まります。

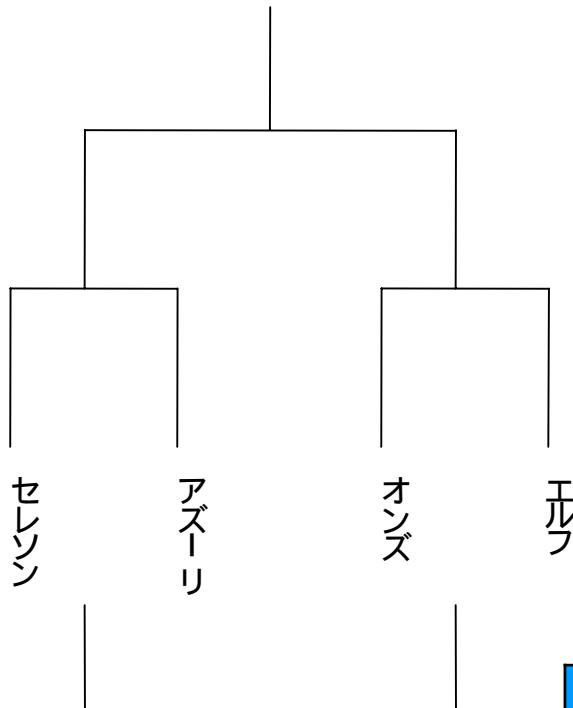
## FIELD TEST

スプリント	30m
	50m
	800m
ステップワーク	
プレスキック(右 左)	
スローイン遠投	
ドリブル(スラローム)	
リフティング	
キックターゲット	

## Presentation

U-12	当日 発表します。
U-11	当日 発表します。
U-10	当日 発表します。
3年	当日 発表します。

# Generations CUP 2008



TIME	GAME	REFEREE
13:00 ~		PADRE
13:40 ~		
14:20 ~		
15:00 ~		

南山本 セレゾン	南山本 アズ - リ	南山本 オンズ	南山本 エルフ
奥山	谷	小林聖	朝田
合田	荒井	青山	小林広
野沢	矢野(浩)	長谷川	清水
文能	塩湯	井田	渡辺
森	畠迫(悠)	片岡	土淵
小林硝	山口(竜)	八幡	佐藤
位坂	木下	南	小松
藤島	丸尾	矢野(和)	畠迫(大)
野老	ヒデ	山口(恭)	オーク
ヤッシ -	ハッセ	モリシ	タニキュー
グッサン	アーサー	ジョージ	トシ
ハル	ゴン	ヨッシ -	コバ
		アニキ	

# 2008年南山本JSCトレーニングキャンプ参加同意書

学年 氏名

保護者

2008年トレーニングキャンプに参加致します。

年 月 日

健康管理チェックシート

学年 氏名

車酔いしますか？ ある ない

食事アレルギーがありますか？ ある( ) ない

市販の薬を服用してアレルギーになった経験がありますか？

ある( ) ない

その他、子供の健康面について連絡事項あれば記入をお願いします。

## 領収書

学年 氏名

金 円 を領収致しました。

八尾南山本JSC 大北 日吉