



八尾南山本JSC トレーニングキャンプ2012



開催日程 平成24年 8月11日(土)～13日(月)

開催場所 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
0795-85-6066



南山本 J S C トレーニングキャンプ2012

日時：平成24年 8月11日(土)～13日(月)

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

0795-85-6066

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。

メンバー

STAFF	セレソン	アズーリ	オンズ	エルフ	イレブン	パドレ	
	13名	13名	13名	12名	12名	宿泊	日帰り
大北	三田	野間	上田	廣兼	岡田(世)	岡田	山本
後藤	岡田(翔)	土淵	木本	竹内	佐川	三田	谷本
田島	佐藤(勇)	佐藤(優)	中岡	谷	藤本	上田	野老
渡辺	高橋	田村	山園	井上	川瀬	野間	
鈴木	村上	吉川	柴田	阪田	山本(京)	佐藤	
長迫	岡田(光)	草薙	藤井	笠野	小野	谷	
奥山	橋本	原田	山本(悠)	谷本	河合	村上	
藤井(蔵)	森井	森	小島	林	谷岡(樂)	山園	
高松	山田(裕)	山下(太)	池崎	芦田	城戸	谷岡	
森	伊達	有吉	伊禮	須崎	鹿谷	中野	
前田(事)	木村	岡本	大黒	中野(拓)	宮根(亮)	宮根	
	山下(琉)	川辺	谷岡(想)	宮根(海)	薮根	合田	
	山田(修)	中村(歩)	中野(晴)				

スケジュール

8/11(土)	8/12(日)	8/13(月)
[5～3年] [6年] AM 6:45 集合 (白青舎前:八尾市中田) ↓ (バス) ↓ (電車) AM 7:00 出発 高安駅発 ↓ ↓ AM 10:30 市島駅着 ← 市島駅着 ↓ AM 11:00 森のひととき到着 ↓ AM 11:15 魚のつかみどり・食事	AM 6:30 起床 ↓ AM 9:00 ~ トレーニング & ゲーム ↓ AM 11:30 ~ 食事	AM 6:30 起床 ↓ AM 9:00 ~ トレーニング & ゲーム ↓ PM 0:00 ~ 食事
PM 1:30 ASCO到着 ↓ PM 2:00 ~ 5:00 フィールドテスト ↓ PM 5:00 ~ 9:00 自由時間 風呂・食事 ↓ PM 9:30 ~ 就寝	PM 0:30 ~ 4:00 ジェネレーションカップ ↓ PM 4:30 ~ 5:00 レクリエーション ↓ PM 5:30 ~ 8:00 バーベキュー ↓ PM 8:00 ~ 9:00 風呂・ミーティング ↓ PM 9:30 ~ 就寝	[5～3年] [6年] PM 1:00 ~ 3:00 プレゼンテーション ↓ PM 3:30 ASCO出発 ↓ 市島駅着 市島駅発 市島駅発 ↓ (バス) ↓ (電車) PM 7:00 八尾着 ← 高安駅着



準備物 (一例です参考にして下さい。)



【リュックサックなどに入れるもの】

- ・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



【大カバンに入れるもの】

- ・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
- ・筆記用具

例えばの準備方法です。

各自で必要と思うものを、準備して下さい。

自分で準備するように！！そこから合宿が始っています。

フィールドテスト

スプリント	30m
	800m
飛び石	
ジャンプバー	
バックシャトルラン	
コーンタッチ	
キックターゲット	

内容を変更する場合があります。



プレゼンテーション

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年生	当日 発表します。



ジェネレーションカップ2012

	セレソン	アズーリ	オンズ	エルフ	イレブン
セレソン		①	⑥	⑧	③
アズーリ	①		④	⑩	⑦
オンズ	⑥	④		②	⑨
エルフ	⑧	⑩	②		⑤
イレブン	③	⑦	⑨	⑤	

第1試合	セレソン	VS	アズーリ
第2試合	オンズ	VS	エルフ
第3試合	イレブン	VS	セレソン
第4試合	アズーリ	VS	オンズ
第5試合	エルフ	VS	イレブン
第6試合	セレソン	VS	オンズ
第7試合	イレブン	VS	アズーリ
第8試合	エルフ	VS	セレソン
第9試合	イレブン	VS	オンズ
第10試合	アズーリ	VS	エルフ
決勝戦	1位のチーム	VS	2位のチーム

1. ジェネレーションカップは12:30～16:00
2. 優勝チームにはトロフィーと景品
3. 試合は10分1本の総当たり戦
4. 審判は主審1名、副審2名をパドレから
5. 出場選手はJSC選手が決める。(PADRE枠3名まで(OB含む))

パドレメンバー表

セレソン	アズーリ	オンズ	エルフ	イレブン
上田	岡田	谷	佐藤	三田
中野	谷岡	野間	村上	山園
野老	谷本	宮根	山本	合田

2012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

2012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。