



## 八尾南山本JSC トレーニングキャンプ2015



**開催日程** 平成27年 8月14日(金)～16日(日)

**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

TEL 0795-85-6066



南山本JSC トレーニングキャンプ2015

**日時：** 平成27年 8月14日(金)～16日(日)

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**

目的：『考動力』

- ・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。
- ・公式戦の課題への取り組み。

## メンバー

STAFF	セレンソ	アズーリ	オンズ	エルフ	イレブン	サムライ	パドレ	
	11名	11名	11名	11名	10名	10名		
大北	有吉	芦田	薮根	近藤	山田(晃)	鹿谷	有吉	山口
後藤	谷岡	大黒	木村	宮根(海)	森	池崎(修)	長井	合田
前田	伊達	川辺(涼)	高木	山下	山田(修)	宮根(亮)	山下	野間
田島	城戸	中村(歩)	藤本(千)	藤本(ハ)	川辺(啓)	西川	藤本	
鈴木	横谷	植田	山口(棕)	坂本(志)	木下	平島	近藤	
長迫	坂本(浩)	脇谷	山田(祐)	山口(直)	太田	井ノ上	中村	
奥山	田仲(優)	坂本(直)	山本	鈴木	土居	長井	鹿谷	
高松	辻本	吉川	中村(大)	左脇	井上(瑛)	久保	山本	
奥山(智)	井上(朝)	藤本(絢)	岡本	名畑	河合	山田(泰)	谷岡	
森	久武	田仲(莉)	阿部	三木	中西	林	田仲	
	半田	木戸	米田	池崎(蒼)			久保	
							上田	



# スケジュール

8/14(金)	8/15(土)	8/16(日)
<p>(バス) (電車)</p> <p>AM 5:50 集合 (白青舎前:八尾市中田)</p> <p>↓</p> <p>AM 6:05 出発</p> <p>↓</p> <p>AM 9:00 森のひととき到着</p> <p>↓</p> <p>AM 9:15 カレー作り・食事</p>	<p>AM 6:30 起床</p> <p>↓</p> <p>AM 9:00～ PADREイベント</p> <p>↓</p> <p>PM 0:00～ 食事</p>	<p>AM 6:30 起床</p> <p>↓</p> <p>AM 9:00～ トレーニング &amp; ゲーム</p> <p>↓</p> <p>PM 0:00～ 食事</p>
<p>PM 1:30 ASCO到着</p> <p>↓</p> <p>PM 2:00～5:00 フィールドテスト</p> <p>↓</p> <p>PM 5:00～9:00 自由時間 風呂・食事</p> <p>↓</p> <p>PM 9:30～ 就寝</p>	<p>PM 1:00～4:30 ジェネレーションカップ</p> <p>↓</p> <p>PM 6:00～8:00 バーベキュー</p> <p>↓</p> <p>PM 8:00～9:00 風呂・ミーティング</p> <p>↓</p> <p>PM 9:30～ 就寝</p>	<p>PM 1:00～3:00 プレゼンテーション</p> <p>↓</p> <p>(バス) (電車)</p> <p>PM 3:30 ASCO出発</p> <p>↓</p> <p>PM 7:00 八尾着 ← 高安駅着</p>



## 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。)
  - ①Tシャツ ②短パン ③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	50m
	800m
反復横とび	
ボトルタッチ	
バージャンプ	
シャトルラン	
往復ダッシュ	
十字ステップ	
キックターゲット	



## 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2015

## Aコート

	セレソン	アズーリ	オンズ		
セレソン					
アズーリ					
オンズ					

## Bコート

	エルフ	イレブン	サムライ		
エルフ					
イレブン					
サムライ					

第1試合	セレソン	VS	アズーリ
第2試合	セレソン	VS	オンズ
第3試合	アズーリ	VS	オンズ
5位決定戦	A3位	VS	B3位
決勝戦	A1位	VS	B1位
エキシビション	PADRE	VS	コーチ

第1試合	エルフ	VS	イレブン
第2試合	エルフ	VS	サムライ
第3試合	イレブン	VS	サムライ
3位決定戦	A2位	VS	B2位

1. ジェネレーションカップは13:30～16:30
2. 試合は8-3-8分の11人制
3. 勝ち点制 勝ち:3 引き分け:1 負け:0  
(順位の決定 ①勝ち点②得失点差③総得点④直接対決の結果⑤じゃんけん)
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	サムライ
近藤	有吉	鹿谷	谷岡	藤本	田仲
中村	長井	山下	久保	山口	上田
合田	山田	山口	増田	山本	野間
森	岸岡	谷岡	橋本	野間	土淵
				森井	山崎

OB

学年 氏名  
保護者

