



**八尾南山本JSC  
トレーニングキャンプ  
レポート 2007**



**開催日程 平成19年 8月11～13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2007

日時 平成19年 8/11 ~ 13

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
大北	奥山
寺前	青山
後藤	荒井
田島	渡辺
田上	南
渡辺	
嶋原	
前田(和)	
藤井	
堀口	
前田(博)	

U-12 (12名)	U-11 (12名)	U-10 (14名)
青山(大)	金澤	井田
奥山(明)	奥山(智)	森
小西	朝田	畑迫
田島	小林	山口
吉川	谷	土淵
中西	青山(和)	位坂
渡辺(健)	清水	寺西
中條	矢野	佐藤
合田	長谷川	中山
荒井	文能	中川馨
渡辺(有)	阪本	中川護
塩湯	片岡	八幡
		南
		上田

PADRE	
宿泊	日帰り
青山	金澤
奥山	塩湯
合田	中川
清水	野老
中條	佐藤
森	長谷川
谷	荒井
南	上田
山口	高松
中山	藤井

# SCHEDULE 1st

8/11
JSC
AM 7:10 集合 (東洋薬局前)
AM 7:30 出発
AM 10:30 ASCO 到着
AM 11:00 カレーづくり 栄養士さんの講義 【夏場の食事】 食事
PM 14:00 ~ 16:00  FIELD TEST  春木クラブさんと交流試合
PM 17:00 ~ 17:30 風呂
PM 17:30 ~ 18:30 食事
PM 18:30 ~ 21:30 FREE
PM 21:30 ~ 就寝

渋滞はありましたが、ほぼ予定時間通りに到着しました。

カレーづくり  
手を切らないか、  
ハラハラでした!!



大切な勉強をしました。この実践に苦労しましたね。



U-12 スコア 2 - 1

U-10 スコア 1 - 1

阪本のすばらしいフェイントが印象に残りました。

衛生面においても行き届いた施設。  
お風呂もとても綺麗でした。  
子供の入った後に、再度清掃されていたようです。スタッフにとってGOODでした。



# SCHEDULE 2nd

8/12	
JSC	PADRE
AM 7:00 起床 AM 7:40 ~ 8:20 朝食	
AM 9:00 FIELD TEST トレーニング	PADRE olympic
AM 12:00 ~ 食事	
PM 13:00 ~ 16:00 Generations CUP 2007 Referee 研修 ( PADRE)	
PM 17:00 ~ 17:30 風呂 PM 17:30 ~ 18:30 食事 PM 18:30 ~ 21:30 FREE PM 21:30 ~ 就寝	

人工芝でのトレーニングということで、前田C・藤井Cによるトレーニングテーマ「スライディング」/「ダイビングヘッド」でした。恐怖感なく、トレーニングできました。次の日、筋肉痛でした。(着地の腕の使い方が・・・)

PADREからアイスクリームの差し入れをいただきました。有難うございました。

大人と子供で編成されたチームでの大会。盛り上がりました。(OBの塩湯・高松・文能も参加してくれました。)

南山本オンズ優勝おめでとう。





# SCHEDULE 3rd

8/13	
JSC	PADRE
AM 7:00 起床 AM 7:20 ~ 8:00 食事	
AM 9:00 トレーニングマッチ (VS 岸和田JSC) U-12/ U-11・U-10	岸和田JSC -OBとゲーム
PM 11:00 風呂 PM 12:00 食事	
PM 13:00 ~ PM15:00 プレゼン U-12/11 チームの強み・弱み U-10 得意なこと・苦手なこと 3年 どんな選手に。	
PM 15:00 ASCO 出発  PM 17:00 八尾着	

U-12 スコア 0 - 1

U-11・U-10 スコア 0 - 0

3日目の疲労が見える中、渡辺(有)・塩湯・合田は、パフォーマンスを落とさない。日頃のトレーニングでの姿勢・意識の高い選手は、やはり結果を出せる。

井田が昨日のトレーニングをプレーに表現しました。フィールドテストも好成績だったので、これからが楽しみ。

PADREからアイスクリームの差し入れをいただきました。有難うございました。

ユニークな発表がたくさんあり、盛り上がりました。

トップバッターを務めた、**上田恭輔**が**PADRE賞**を獲得しました。  
(PADRE賞は、PADREが早朝に山に入り獲ったカブトムシです。)

長谷川のきれいにまとめた説明にはビックリしました。

吉川の心の内を語ってくれた内容に、スタッフは感動してしまいました。

谷の熱のこもった発表。ユニークな資料とコメントは、みんなを爆笑の渦に！！

**プレゼン賞** 谷優成



今回、ご参加いただいた育成さん・幹事さんです。

首に巻かれたタオルにおかれましても、まさしく「セブリティィー」な皆様です。

ご協力ありがとうございました。

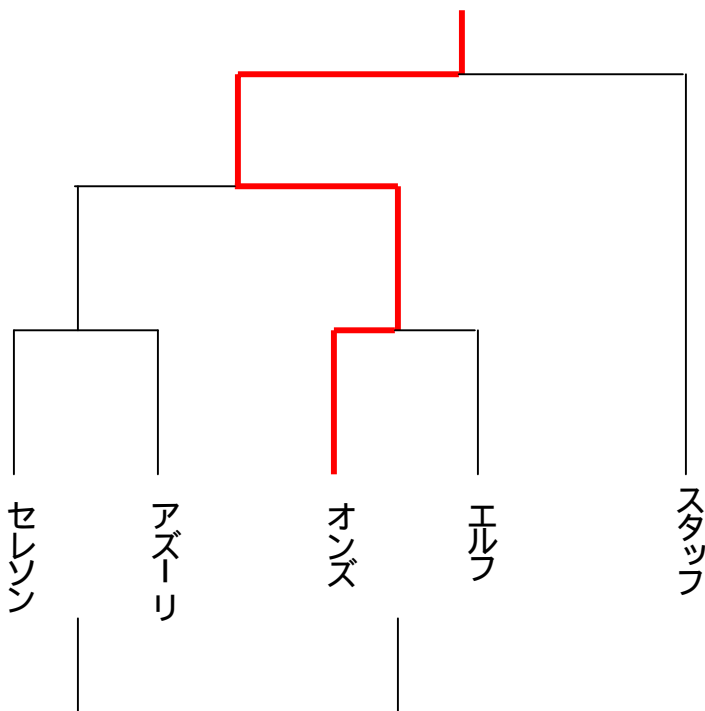
# FIELD TEST

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	

1位	田島	6年
2位	青山(大)	6年
3位	渡辺(健)	6年
4位	奥山(明)	6年
5位	合田	5年
6位	青山(和)	4年
7位	阪本	3年
8位	渡辺(有)	4年

9位	中西	6年
10位	長谷川	4年
11位	矢野	4年
12位	清水	4年
13位	荒井	5年
14位	井田	4年
15位	塩湯	4年

# Generations CUP 2007



南山本 セレソン	南山本 アズーリ	南山本 オンズ	南山本 エルフ
青山(父)	奥山(父)	合田(父)	南(父)
中條(父)	清水(父)	森(父)	谷(父)
中川(父)	塩湯(父)	中山(父)	山口(父)
野老(父)	金澤(父)	佐藤(父)	長谷川(父)
田島	渡辺(健)	中西	小西
奥山(明)	中條	渡辺(有)	合田
吉川	青山(大)	荒井	塩湯
金澤	小林	青山(和)	奥山(智)
朝田	谷	長谷川	清水
文能	阪本	畑迫	矢野
井田	森	寺西	片岡
土淵	位坂	中川護	佐藤
上田	中川馨	八幡	中山
南	上田	上田(父)	荒井(父)

# まとめ

## 総括

連日の猛暑の中、参加メンバー37名が大幅に体調を崩さずに、カリキュラムをこなせたことが大きかった。

整った設備・環境において、最低限の負担で進行できたことが大きく  
落ち着いた時間の流れの中で、選手の行動をスタッフが見ることができた。

水分補給が、水道から得られたこと。

グラウンドと宿舎の移動がない。

その他、施設の機能性が高く、衛生面でも問題なしの環境。

夏場の遠征・合宿では、食事が大切な要素になる。選手によっては、  
食事の量・偏りに問題があったが、徐々に意識の変化が見られた。  
その結果、体調不良によるリタイアが0だったと思われる。

U-12	合宿・遠征の経験があるだけに、対応に大きな問題なし。 3日目の体力が落ちたことが課題。 3年生の指導まで今後もきっちりやって欲しい。
------	--

U-11/-10	合宿・遠征の経験があるだけに、対応に大きな問題なし。
----------	----------------------------

SC 3年	すべてが、初めての環境・経験だったので。あらゆることで、失敗したり遅かったすることがあっても仕方がない面もあるが、周囲の行動を観察して、行動に移す能力に乏しい部分はサッカーに現れている部分。課題としていきたい。
-------	---

食事量やその偏りについても、長期的に見ると子供の体の成長、つまりサッカーの能力として出てくる部分なので、今後修正していかないと、Jrになってスケジュールをこなすだけの体力を獲得できない可能性がある。

意識の変化が見られ、最終日はOKでした。今後に期待。

いろいろ注意されながらも、Jrと同じカリキュラムをこなして、リタイアがでなかったのは、大きな収穫。1つたくましくなれたと思う。