

チャレンジにはちょっといい未来を生み出すチカラがある。

エクーラサッカースクール

冬合宿

2023

12月23日(土)・24(日)・25(月)

2泊3日

合宿テーマ

グループの中で個人の大切さ(役割)を理解する

チーム・個人で課題を見つけトレーニングに取り組むプログラムを目指します。



グループ分けを行い  
グループ同士でト  
レーニングマッチを実  
施



試合の中で出た  
反省・改善点をもとに  
コーチと一緒に  
トレーニング案を作成



試合を通してチーム  
の特徴・自身の役割  
を理解し新たな課題  
に取り組んでまいり  
ます。

TEL 047-727-2507

千葉県松戸市古ヶ崎746-1



エクーラサッカースクール 🔍 検索

QRコードを読み込んでアクセス

今回の合宿の活動もすべてグループ単位での行動に努めます。

## 宿泊&トレーニングの場所



**初日/2日目**  
**アルビン**  
**スポーツパーク**



**3日目**  
**東大検見川**  
**グラウンド**

スケジュール(移動はバス移動です、ガンズ集合・解散となります)

### 12月23日



9:30	ガンズ松戸出発
11:00	アルビン到着
12:00	昼食
13:00	グループ別 トレーニングマッチ
14:30	休憩 / ミーティング
15:00	グループ別 トレーニング
17:00	お風呂
18:00	夕食
19:30	ミーティング
21:30	就寝

### 12月24日



6:30	起床
6:50	散歩
7:30	朝食
9:30	午前トレーニング
12:00	昼食
13:30	午後トレーニング
17:00	お風呂
18:00	夕食
19:30	クリスマス会
21:30	就寝

### 12月25日



6:30	起床
7:00	朝食
7:30	散歩
9:30	移動
11:00	東大検見川 グラウンド到着
12:00	クロスカントリー
13:00	昼食
13:30	エコーラカップ
15:30	移動
17:00	ガンズ到着・解散

## 持ち物

- ・初日の昼食
- ・3日間の練習着
- ・サッカーボール
- ・トレーニングシューズ(スパイク)
- ・3日間の下着、部屋着
- ・洗面用具歯ブラシ、お風呂用具、バスタオル、タオル
- ・水筒
- ・保険証のコピー
- ・3年生以上サッカーノート、筆記用具
- ※GK希望の子はキーパーグローブ

## 対象・締切

**1年生～6年生(70名)**

**12月8日(金)まで**

## 参加費

**エコーラ会員: ¥29,800**

**ビジターさま ¥32,800**

**兄弟割引: 2人目以降 ¥5,000引き**

忘れ物防止の為、衣類や備品には名前を記入してください。