

<2022 保護者会&三林氏の『文明に負けない身体作り』講習会>

5月21日(土)、サッカー部保護者会が行われ新役員等が承認されました。引き続き子どもたちの活動へサポートを宜しくお願いします。

その後、今年度より正式にスタッフに就いた三林コーチ(藤枝市在中)による『いい選手は足趾から☒』講習会を実施。身体の柔軟チェックに始まり、足の構造や足趾の機能についてのレクチャーを受け、各自取った足型を見てもらい自分たちの足の問題点やフィットするスパイクについてアドバイスをもらいました。

全ては人がプレーするものであり、その人が持っている能力を最大限に発揮できる身体作りを目指して片倉高校サッカー部独自のトレーニングを行っています。三林コーチのトレーニングもその一つです。自分の身体と向かい合い『コツコツ(骨骨)と積み上げることがいい選手になるコツ☒』で日々取り組んでいきたいと思えます。

この取り組みに興味のある方、怪我でお悩みの方はご連絡下さい。

