

和歌山県トレセン女子(U-12/11) 8月練習会

日時： 2024年 8月 24日(土) 8:30~11:00

場所： 上富田スポーツセンター 多目的グラウンドB(天然芝)
<和歌山県西牟婁郡上富田町朝来 3871>

内容： 8:15~ 選手集合
8:30~ トレーニング
~11:00 終了・解散

参加選手：29名(5、6年含む)

参加スタッフ： 桂木、古田、大谷、北川

トレーニング

テーマ：ボールを奪う

ここまでの練習会において、攻撃時の「観る、観ておく」に重きを置いてトレーニングをおこなってきました。守備においても、奪いに行くためのポジションを決めるために多くの情報が必要になります。ここでは、周りの状況をしっかりと把握し、最適なポジションを考え、そこからのアプローチ、球際での奪うテクニックについて高めていけるように取り組みました。

トレーニング



トレーニング

