



チームToriha

～サッカーチームとしての活動～



イメージキャラクター
トリハー君

9/5(日)門前仲町

第42回目のチームToriha(トリハー)の活動になりました。
気温的には、運動しやすいのもあり、いつも以上に皆元気に走り回っておりました。
はじめて参加された方は、普段参加している選手の様子を見ながら、動いておりました。
スタジオ内とは違い、広いコートでは大暴れしても大丈夫です。



全体アップが終わると、チームに分かれて練習します。チーム①は、色々な体の使い方や、走り方、シュートの練習をします。自分の名前を言われてから動き出す、目指すは転がってくるボール、そのボールをゴールへシュートするという流れを行います。

チーム②は、シュートを打つ前に動きを入れてからゴールを狙います。ゴールの枠を外したらペナルティーで、ジャンプ3回、このルールをつけると誰も外さなくなります。

ゲームでは、脛あてをつけて行いますが、盛り上がります。結果は僅差となりましたが、それ以上に一人一人の動きがよくなってきているのがみて分かります。



次回は、9月12日

次回のチームTorihaは、2021/9/12 江東区門前仲町

<http://www.trip-heart.jp/soccer>