

# GULAZO \* ニュース NEWS

グラッソ

## フランス遠征

Vol. 31

**福島県トレセンU - 14フランス遠征に参加します！**

2年生の「高嶋優汰」・「酒井信弥」の2名が平成25年3月20日(水)～3月29日(金)の日程で実施される福島県トレセンU 14フランス遠征のメンバーに選出されました！

この遠征は福島県サッカー協会主催で、国際交流や選手の育成と強化が目的の遠征です。FCグラッソとしては創立2年目での初選出となります。これも1つの選手達の努力の成果だと思えます！おめでとう！

パリ、ボルドーで親善試合、試合観戦、サッカークリニックなどをする予定のようです。グラッソの選手らしく遠征を楽しんで、サッカーを楽しんで堂々とチャレンジして来て下さい！現地で友達とかもできるといいかもね 遠征に参加できることに感謝を忘れず、フランスでグラッソ魂を魅せてやれ！！

Faites votre mieux! Un bon voyage!

### 3月の公式戦

3月20日(水)に会津リーグの入れ替え戦があります。25年度の前期会津リーグのA1リーグ昇格をかけた試合になります。チーム一丸となってこの試合に臨みましょう！！グラウンドの状況が悪いと延期になる可能性もありますが、あることを前提に準備を進めていきたいと思います。応援よろしくお願いします！！

平成25年3月20日(水)

場所:若松六中G

時間:10:30～13:30(予定)

試合:11:50～Kick(VS猪苗代中学校)

### コーディネーショントレーニングについて

中学年代は急激な身体的成長に伴って体のバランスがとても崩れやすい時期です。そこで、神経系に刺激を与えながら、体のバランスを整える調整力が必要になります。具体的に行なっているトレーニング内容は各種ステップ、曲線のダッシュ、リアクション動作、左右均等の動作などです。

このトレーニングは成果が分かりにくいので後回しにされがちですが、小・中学年代までにどれだけやれるかによって今後の怪我の発生率や、スムーズな身体動作に影響が出てきます。テクニックと同じく地道に取り組んで行きましょう！

**FCグラッソを応援します！**

**・ガーデニング 友永建設**