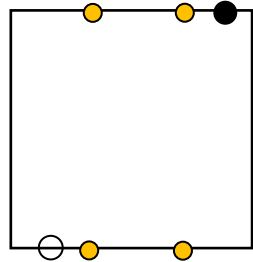


2025 春 インディビジュアルトレーニング 指導計画書

実施日	2025 年 4 月 4 日 (金)	コーチ	山口 楓生
テーマ	ラインブレイク		

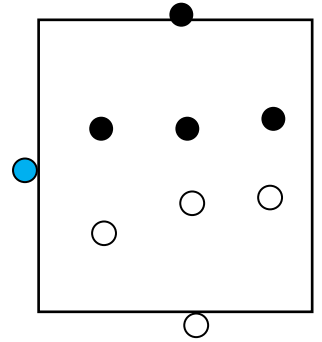
W-up 1vs1→2vs2 ライン突破

- ・縦 15m横 8m
- ・マーカーク間をドリブル通過でゴール
- ・ドリブルからパスでスタート



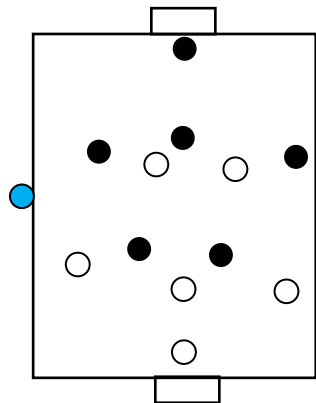
TR1 3対3+2サーバー

- ・縦 20m横 20m
- ・コーチ配球
- ・サーバーへのバックパスなし
- ・ライン突破



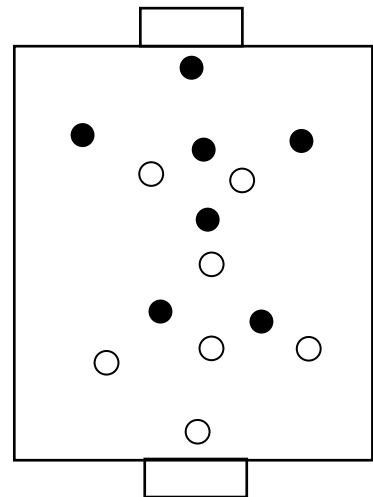
TR2 5対5+2GK

- ・縦 40m横 32m
- ・コーチ配球



GAME 7対7(1-3-1-2)

- ・縦 52m×横 32m
- ・少年用ゴール
- ・ドリブルインでスタート



キーファクター

- ・ドリブルのテクニック
- ・コンビネーションでの突破
- ・アクションの質