



# サッカー教室



牛久運動公園体育館サブアリーナ

知的障害児・者の余暇活動としての「楽しむサッカーを広げよう!!」をモットーに活動するNPO 法人トラッソスのサッカー教室を行います。学校を卒業してから、運動したり、仲間と楽しむ時間が少なくなっていないですか？

久しぶりに、走ったり、ボールを追いかけたり、シュートしてみませんか？体力と仲間と笑顔を増やしませんか？みんなで楽しい時間を過ごしましょう!!

**2017年3月26日 (日)**

**10:00~11:30**

(受付 9:30~)

主催	NPO 法人つくばフットボールクラブ
時間	10:00~11:30
受付	サブアリーナ入口 (9:30~)
場所	牛久運動公園体育館サブアリーナ (牛久市下根町 1400)
対象	養護学校・特別支援学校の卒業生 または 療育手帳、精神障害者手帳を持っている 18才以上 20名
指導者	NPO 法人 トラッソススタッフ
持ち物	室内用運動靴・運動のできる服装・タオル・着替え・元気!!
参加費	1回 1,000円 (保険代等に充当)* 受付でお支払いください

## <申込方法>

名前・生年月日

住所・電話番号

上記4点を下記のアドレスに  
メールでお送りください!

[h2632ucfc-joia@yahoo.co.jp](mailto:h2632ucfc-joia@yahoo.co.jp)

ご不明な点などの

お問い合わせ

090-9298-7208

(担当 山下)

**※切 3月12日(日)**

## 当日の流れ

### ①あいさつ



### ②ウォーミングアップ



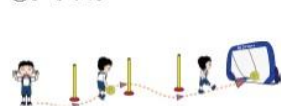
### ③体操



### ④コーティネーション



### ⑤ドリブル



### ⑥ミニゲーム



\*当日、活動の様子を写真撮影し、本活動に関わる資料等に使用致します。



みなさんと  
サッカーができることを  
楽しみにしています!!