

第28回 -育成年代に必要なトレーニング- スガトレ スピードとコーディネーション能力を高める！

1年半ぶりの 復活企画

※かなりアップデートされています



スガトレを担当する菅原トレーナーは、今年夏に開催されたバーモンバーモントカップにてトレーナーとして帯同し、選手たちのケアを担当しました。

スガトレは、育成年代に必要な運動能力向上ができるプログラムとなっています。スピードや体幹、身体の可動性など総合的に高め、サッカーに必要な動きをトレーニングしていきます。多くの子供たちの身体能力は眠っております。ダイヤモンドは、石ころを磨き続けて輝きます。子供たちもダイヤモンドのように輝く個性が必ずございます。スガトレの目標は、子供たちの「挑戦」と「成長」です。できないことに「挑戦」し、一つでも多くの「成功体験」を味わい「成長」できる時間をお約束いたします。

日 時 7月29日(木)

参加対象 ①malva サッカースクール在籍者(強化・レギュラークラス)、ビジター/小学1・2年生 10:00~11:00

②malva サッカースクール在籍者(強化・レギュラークラス)、ビジター/小学3・4年生 11:15~12:15

※上記に記載のない学年で参加希望の際は、お問い合わせください。

定 員 各カテゴリー 20名 ※各カテゴリー先着順での受付となりますので定員となり次第キャンセル待ちとさせていただきます。

会 場 マルバサッカースクール浦安校 (フェローズスポーツ)

住所: 〒279-0024 千葉県浦安市港3番地 ※施設への直接のお問い合わせはご遠慮ください。

※フェローズテニススクール専用駐車場(建物下駐車場)となる為、駐車場のご利用はできません。

その他施設周辺は、空きがございましたら駐車できます。その際、他社の工場の入口前は避けて駐車してください。

持ち物 **★必ず全ての持ち物にフルネームを記入してください。**

トレーニングシューズ、水筒 ※その他必要な物は各自でご用意ください。スパイクの使用は禁止と致します。

料 金 トレーニング費 ¥2,200- (税込) ※当日お支払いください。おつりの準備はございません。

申込受付 7月16(金) 20:00 ~ 7月28日(水) 13:00

※お申込開始時間以降のお申込のみ対象となりますのでご注意ください。

※申込期間の終了後に参加を希望される方は、問い合わせ電話へご連絡ください。

申込方法 お申込みフォームより必要事項を入力し、お申込ください。(こちらのURL か QR から可能)

①1・2年生 <https://pro.form-mailer.jp/fms/ab7c4f2e137391>

②3・4年生 <https://pro.form-mailer.jp/fms/44b92dc8232205>

※お申込後、自動返信の受付完了メールが届きます。届かない場合はお問い合わせください。

※event@malva-fc.jp からメールを受信できるよう設定をお願い致します。(自動返信メールが届きます)

※お申込時は、回線が集中し繋がりにくくなる場合がございます。予めご了承ください。

①1・2年生申込フォーム



②3・4年生申込フォーム



開催の有無 中止や内容変更につきましては、マルバ浦安校ブログにて 8:30 までにお知らせを致しますので、お越しいただく前には必ずご確認ください。

キャンセル **開催日 2 日前までは無料キャンセルとなります。**

開催日 2 日前以降のキャンセルにつきましては、全額負担となります。

※キャンセルの場合は event@malva-fc.jp へメールにてご連絡ください。

お問合せ お電話：070-5595-2182 受付時間：11:00-15:00 ※土日、祝日は除く

メール：event@malva-fc.jp

☆トレーニング講師☆

菅原 康史（すがわら こうじ）

生年月日：1985 年 9 月 12 日 千葉県出身



◆資格◆

理学療法士（PT）、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー（JSPO-AT）
TOGU インストラクター、FMS level1&2、SFMA

◆トレーナー紹介◆

長崎県立国見高等学校卒業後、理学療法士(PT)になるために、東京にある両国リハビリテーション専門学校へ入学（現了徳寺大学）。

学生トレーナーとして、malva football club での現場を経験させていただき、卒業後、宮崎県にある野崎東病院リハビリテーションセンターにて就職。宮崎県スポーツ協会から推薦を頂き、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSPO-AT)を取得し、国民体育大会などの本部トレーナーとしても活動している。

専門はサッカーとテニスであり、Honda Lock SC (JFL)、宮崎日大高校・中学校サッカー部を中心に現場に携わり、第 99 回全国高校サッカー選手権大会宮崎県大会では初優勝、佐土原高校テニス部では 5 年連続インターハイ出場に貢献している。

スポーツ整形外科の手術後から競技復帰までを 15 年間経験があり、リハビリテーションの分野や育成年代の運動能力向上や動きの改善することを小学生からトップレベルにおけるアスリートに貢献をしている。

◆経歴◆

2001 年～2004 年 国見高校

2004 年～2008 年 両国リハビリテーション専門学校

2008 年～現在 一般財団法人引潤会 野崎東病院（宮崎県）アスレティックリハビリテーションセンター

2008 年～2018 年 Honda Lock SC (JFL) トレーナー

2010 年～現在 宮崎日本大学中学校サッカー部トレーナー

2012 年～現在 宮崎日本大学高等学校サッカー部トレーナー

2014 年 8 月 バーモントカップ全日本少年フットサル大会 malva 千葉 fcU-12 トレーナーとして帯同

2016 年～2017 年 九州保健福祉大学サッカー部トレーナー

2017 年～2018 年 宮崎県テニス国体候補選手強化スタッフ

2017 年～現在 佐土原高校テニス部

2018 年～現在 シーガイアテニスアカデミー

2019 年 8 月 バーモントカップ全日本少年フットサル大会 malva 千葉 fcU-12 トレーナーとして帯同

2019 年～現在 宮崎県警機動隊

2021 年～現在 清山ちさと選手（株式会社いちご）専属トレーナー

2021 年 ～ 東京オリンピックメディカルスタッフ

Facebook <https://www.facebook.com/koji.sugawara.12>

Instagram <https://www.instagram.com/koji.sugawara.12/>

