

夏

練。



ALPHA
FOOTBALL
ACADEMY
JAPAN



2020 SEASON

in HASAKI

2020.8.17 ~ 8.19

SUMMER CAMP



Supported by

FUTIRIS 
football is rainbow for all.

サマー キャンプ in 茨城県波崎

ALPHA FOOTBALL ACADEMY JAPAN のメソッドを本格的に。
広いサッカーのグラウンドで、どの様に表現するのか？
仲間と共にひとつ屋根の下、ALPHAメソッドを追求しよう！

OUTLINE

■概要

期間：2020年8月17日(月)～8月19日(水)
会場：リゾートインあおの・あおのサッカーパーク
住所：茨城県神栖市波崎 9102
TEL：0479-44-0023

INFORMATION

■事務局

TEL：080-4347-4226 MAIL：info@alpha-fa.jp
※公式LINE@（右記QRコード）からでもご連絡可能です。
帯同コーチ：大泉・トーマス・相原



PURPOSE

■趣旨

1. 普段とは違う環境の中で、サッカー中心の生活を過ごすことを自覚し、セルフマネジメント・セルフコントロールができる選手を目指す。
2. オープンマインド。
初めて接する仲間と2泊3日の限られた時間の中でより多くのコミュニケーションを取り、濃い時間を過ごせるよう自分を出していくことにチャレンジする。
3. キャンプを共に過ごすチームとして、自己主張・他己尊重から調和と規律を保つ。
4. 自己実現。このキャンプでの目的を明確にし、「達成するためには？」何が必要かを常に考え実行する。
5. キャンプができる環境に感謝し、施設においても礼儀やモノを大切に扱う気持ちを表現する。

REAL-TIME

■SNS 配信

キャンプの様子を公式 Twitter にてリアルタイムに画像配信します。
ご覧になりたい方は、
「https://twitter.com/ALPHA_FA_JP」をブックマーク下さい。



SCHEDULE

■8月17日(月)

- ▶ 06:30 ~ 東京芸術劇場 (池袋) 集合・出発
- ▶ 09:00 ~ リゾートインあおの到着
- ▶ 09:30 ~ トレーニング①
- ▶ 12:30 ~ 昼食
- ▶ 14:00 ~ トレーニング②
- ▶ 18:00 ~ 夕食 (BBQ)・入浴
- ▶ 20:30 ~ ミーティング
- ▶ 21:00 ~ 就寝



■8月18日(火)

- ▶ 06:00 ~ 起床・散歩 (ビーチサッカー)
- ▶ 07:30 ~ 朝食
- ▶ 09:00 ~ トレーニング③
- ▶ 12:00 ~ 昼食
- ▶ 14:00 ~ トレーニング④
- ▶ 18:00 ~ 夕食・入浴
- ▶ 19:30 ~ ミーティング (またはレクリエーション)
- ▶ 21:00 ~ 就寝



■8月19日(水)

- ▶ 06:00 ~ 起床・散歩 (ビーチサッカー)
- ▶ 07:30 ~ 朝食
- ▶ 09:00 ~ トレーニング⑤
- ▶ 12:00 ~ 昼食・シャワー
- ▶ 13:30 ~ 出発
- ▶ 16:00 ~ 東京芸術劇場 (池袋) 到着・解散またはアカデミー

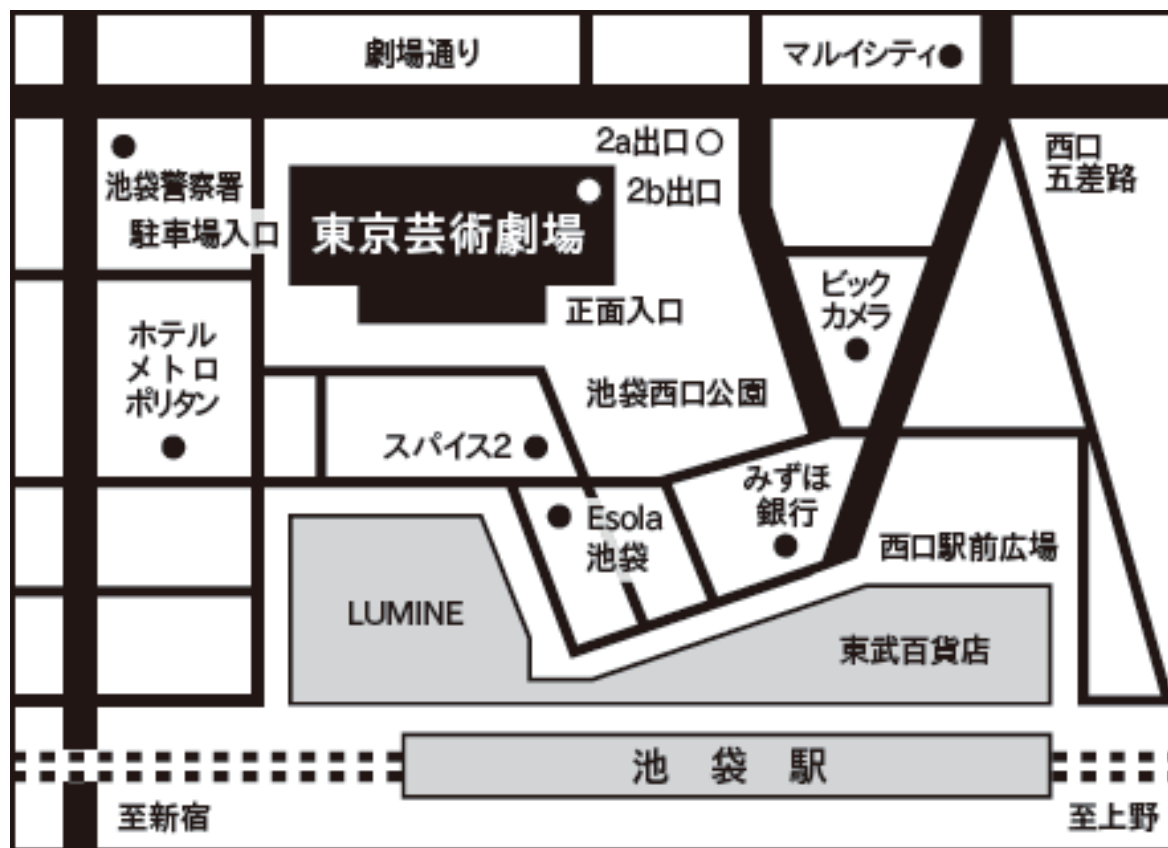
※バス到着後、そのままアカデミー各会場 (池袋校・神楽坂校)

参加希望の方は、担当コーチと一緒に引率を行います。

神楽坂校のお子様は、予めPASMOに交通費をチャージください。

CHARTER BUS

集合・解散場所



集合 8月17日(月)～06:30 出発

解散 8月19日(水)16:00～

※運行状況は公式 Twitter よりお知らせします



※そのままアカデミー各会場（池袋校・神楽坂校）ご参加の方はお迎え不要です

場所 東京芸術劇場_2a 出口付近

住所 東京都豊島区西池袋 1-8-1

※JR・東京メトロ・東武東上線・西武池袋線「池袋駅」西口より徒歩 2 分

※駅地下通路より 2a 出口と直結しています

参加同意書・調査票



ALPHA FOOTBALL ACADEMY JAPAN SUMMER CAMP 2020 IN HASAKI

顔写真

※当日、集合時に保険証コピーと併せて
担当コーチまでにご提出ください。
※コーチの常備資料となります。

■ふりがな _____

■氏名 _____

■生年月日 _____ ■血液型 _____

■住所 _____

■ふりがな _____

■保護者 _____

■緊急連絡先：TEL _____

■質問

1. キャンプ経験(親元を離れての生活) _____

2. 最近の体調等 _____

3. 常備薬名と服薬の時間・量 _____

4. 食品アレルギー等 _____

5. その他連絡事項(子供の性格や不安な点/健康面・精神面の注意事項/etc....)

6. キャンプ参加の目的

私は、当クラブのサマーキャンプ参加にあたり、方針に従い指導を受ける事を承諾致します。

本人氏名 _____

保護者氏名 _____

印

PHYSICAL CONDITION

※初日の朝を記入した状態で集合ください。
※自己管理用の、資料となります。



■ふりがな _____
■氏名 _____
■生年月日 _____ ■血液型 _____
■住所 _____
■ふりがな _____
■保護者 _____
■緊急連絡先：TEL _____

■検温

初日	朝	昼	夜
2日目	朝	昼	夜
3日目	朝	昼	夜

■体調

初日	朝	昼	夜
2日目	朝	昼	夜
3日目	朝	昼	夜

■食欲

初日	朝	昼	夜
2日目	朝	昼	夜
3日目	朝	昼	夜

■排便

初日	朝	昼	夜
2日目	朝	昼	夜
3日目	朝	昼	夜

■質問

1. キャンプ経験(親元を離れての生活) _____
2. 最近の体調等 _____
3. 常備薬名と服薬の時間・量 _____
4. 食品アレルギー等 _____
5. その他連絡事項(子供の性格や不安な点 / 健康面・精神面の注意事項 / etc.....)

ALPHA FOOTBALL ACADEMY JAPAN SUMMER CAMP 2020 IN HASAKI

■持ち物

行きチェック

- 練習着 2～3 セット (シャツ・パンツ・ソックス)
- ボール
- レガース
- スパイク (必要に応じご用意ください。)
- トレーニングシューズ (移動・練習兼用)
- 宿舎着 (パジャマ兼)
- 下着
- タオル類 (フェイスタオル・バスタオル)
- 水筒 (1 l)
- キャップ等、熱中症対策
- 洗濯ネット (全ての洗濯物が入る大きさ)
- 洗面用具 (歯ブラシ・その他)
- 折り畳み傘 or カッパ (ウインドブレーカー)
- 常備薬・酔い止め等
- 保険証コピー
- カバン (全ての荷物が入る大きさ)
- カバン (練習用リュックまたはナップサック)
- 体温計
- 水着 (必要に応じご用意ください。)
- エチケット袋
- マスク
- コロナ対策用品
- _____
- _____

帰りチェック

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

- ※水筒には施設にて常時ドリンクを補充します。
- ※練習着・ユニフォーム等の衣類は、施設で洗濯するため最低限の準備を。
- ※プレゼントのユニフォームは、出発時に配布します。
- ※衣類・持ち物全てに必ず名前をハッキリと明記ください。
- ※携帯電話・ゲーム・お菓子等、サッカーに不要なものは持ち込まないこと。
- ※おこずかいは、各ご家庭の判断にお任せしますが、必要最小限ご用意ください。

※目標を初日までにご記入ください。

■目標 (プレー)

■目標 (生活)

■感想 (プレー)

■感想 (生活)