

ツエーゲン金沢 スクール通信



vol.04

第1期終了！

早いもので、ついこの間新学期が始まったかと思えばもう夏休み。第1期が終了となり、8月からは第2期がスタートです。

充実した1期となりましたか？リフティングは1分間落とさずできるようになりましたか？夏休みのラジオ体操が終わったあとにリフティングの練習を30分頑張ってみましょう！毎日続ければ1分間落とさずできる日も近い！

第2期も5つの約束事をしっかりと守り、志高く！成長を目指しましょう。第2期も皆さんにお会いできるのを楽しみにしています。



【U-12ジュニア】韓国遠征！

7/29～8/5までU-12ジュニアが韓国遠征に行っています。韓国9チームと国際試合を行います。



初日は韓国・釜山まで、選手たち主導で移動。選手同士でコミュニケーションをとりながら目的地に無事辿り着くことができました。2日目からは午前と夕方の1日2試合。合計12試合を戦い抜きます。随時Instagramを更新中！

【U-12スーパー】台湾遠征

国際大会への参加、それに伴う長距離移動、さらにはホームステイの体験など、制限や文化の違いがある中でも体調を万全に整えることなど、日本では決して経験できない多くのことを体感することを目的としています。本大会に参加していただいた選手・保護者の皆様、ありがとうございました。



無料体験



『藪健太郎のこだわり』



シャンプーは泡を立ててから頭に乗せる
プロテインは柑橘系
靴下は左足から
筋トレ前は必ずストレッチをする

9月号は『下川正生のこだわり』をご紹介します！



U-12スーパーの台湾遠征に参加したアンリくん！

ホームステイ先で体調不良に……。驚異的な回復をみせ、元気な姿を見せてくれた時の1枚です。「台風で試合が少なくなってしまう残念でしたが、この経験を未来に生かします！」