



神戸市トレセンU-10練習会

2025年度

神戸市トレセンスタッフ

組織

神戸市サッカー協会技術委員長

日向 寛峰

神戸FC

神戸市サッカー協会 4 種委員長

御手洗 修

新多聞SC

神戸市トレセンスタッフ

コーチングスタッフ U-12

チーフ／副部長	花元 英樹	FC玉津
	猪坂 敏市	だいちSC
	波多野 龍二	有野SC
	松前 定	御影中学校
	花元 美紗希	FC玉津

神戸市トレセンスタッフ

コーチングスタッフ U-11

チーフ	西田	展充	なぎさFC
	藤本	仁司	有野SC
	渡邊	崇	センアーノ神戸Jr
	赤澤	伸太	駒ヶ林FC
	佐野	美優羽	岩岡FCアミーゴ

神戸市トレセンスタッフ

コーチングスタッフ 女子

チーフ	菰下	聡	学園FC
副部長	高原	陽一	新多聞SC
	田中	利成	箕谷SC
	中谷	博文	東灘SSD
	立野	唯	箕谷SC

神戸市トレセンスタッフ

コーチングスタッフ U-10

チーフ	間瀬	真里央	ヨーケンFC
	有持	哲治	須磨ナイスSC
	恩田	洋平	ヴィッセル神戸
	谷口	靖明	ヴィッセル神戸
	東根	侑弥	神戸星城高校
	隆	宗康	神の谷FC

神戸市トレセンスタッフ

コーチングスタッフ GK

吉岡	徳幸
林	昭彦
酒井	真志
毛利	遼平

なぎさFC

井吹台SC

バンディオンセ神戸FC

E.R.C.JOGA MAIS

神戸市トレセンスタッフ

コーチングスタッフ

会計／女子 岸本 功 無所属

神戸市サッカー協会 4 種技術部長／統括

赤尾 成幸 ファミリアSC

神戸市トレセンのコンセプト

『ボールを大切にしながら、より果敢にゴールを目指す!!』

- どんなことに対しても強い選手になる
- 仲間を思いつつも自分の意思を伝えられる選手になる
- どんな場面でも全力でやりきれる選手になる
- 仲間から頼りにされる選手になる
- 神戸の代表選手として誇りを持てる選手になる

個の強さ

- 1 vs 1 の強さ
- 球際の強さ
- 強い気持ち（高いところざし）
- 強いリーダーシップ
- 勝負強さ
- 粘り強さ（劣勢でもあきらめない強い気持ち）
- 攻守に関わり続ける運動量（強負荷）

組織の強さ

神戸市トレセンU-10練習会の目的

個の育成

よりよいトレーニング環境を提供し、選手一人ひとりの「個」をより大きく伸ばすことを目標に取り組む

- 1 vs 1
- 高いインテンシティ（高強度）
- テクニック
- 関わり続ける
- 個人戦術の理解
- コミュニケーション
- リーダーシップ
- リスペクト
- 自覚と誇り

年間スケジュール

月 日	時 間	場 所	内 容
9/13 (土)	17:00~19:00	フレスカG	ゲーム
10/11 (土)	17:00~19:00	フレスカG	攻撃の個人戦術①
11/22 (土)	17:00~19:00	フレスカG	守備の個人戦術①
12/13 (土)	17:00~19:00	フレスカG	攻撃の個人戦術②
1/10 (土)	17:00~19:00	フレスカG	守備の個人戦術②
1/24 (土)	17:00~19:00	フレスカG	ゲーム

※スケジュールの時間は活動時間です。時間に余裕を持って準備をしましょう。

※9月から1月末までの全6回とし、2月に次年度のプロテクト選手を発表します。

テーマとキーファクター

攻守において目的達成の為にプレーする

攻撃の目的
ゴールを奪う
ボールを保持する

ボールを
持っている選手

シュートの意識
ドリブルの工夫
パス&コントロールの質
パスの優先順位

コンビネーション

ボールを
持っていない選手

動きの優先順位
マークを外す動き
サポートの質

観る

守備の目的
ゴールを守る
ボールを奪う

ボールを
持っている選手

アプローチの質
間合い
ステップワーク

ボールを
持っていない選手

ポジショニング
チャレンジの優先順位

攻守の切り替え

チャレンジ&カバー