

女子クラブ案内



①理念

「中学生らしい選手・チームへ」

～将来活躍できる選手の育成を行います～

②ビジョン

「人として成長できるクラブ」

- ・チーム＜個人
⇒個人の将来に向けた指導をメインとしております。
- ・バスケットを好きになれる選手の育成をしていく。
- ・選手はコーチから与えられたものを行うのではなく、課題を考えながら活動することを中心にしております。
- ・学校生活も重んじます。(特に勉強面)
- ・各種講習会を行います。
- ・交流戦など実戦機会を増やしていきます。

③方針

- ・**練習日、OFF両方とも大切にしております。**
週4日～週5日の練習とし、休息を取ることで体をしっかりと休め大きくすること、休みの日に勉強や家族との時間を増やすことを目的としています。
- ・私は「**#バスケ選手**」だけにしない
バスケだけでしか価値を見出せない選手にしないように、色々なことを経験してもらえるようにしております。
- ・**大会は勝ちに行きます。**
そのため、プレー時間に差が生まれます。
ただし、練習試合では様々なレベルのチームと行い、皆が課題解決できる環境を作っていきます。
- ・**コーチは指示く課題を目指しています。**
細かい指示での確に動くよりも課題を解決するための思考を選手には求めます。
そのため、ミス＝失敗ではなく、**ミス＝適応**と考えます。
試合中うまくいかないことも多々ありますが、それは選手の選択の結果となるため問題はない認識です。

④スケジュール

通常練習

女子	月曜	水曜	金曜	週末
	19:00～21:00 @ゴールドジム幕張	19:00～21:00 @ゴールドジム幕張	19:00～21:00 @ゴールドジム幕張	OFFor練習試合or練習

各種イベント

〈大会〉

- ・春季リーグ
- ・BEXカップ
- ・クラブチームトーナメント
- ・ジュニアウインターカップ予選
- ・冬季リーグ
- ・Bユース大会

〈合宿〉

年間3回～5回を予定
春、夏、冬

⑤対象

[対象]

中学1～3年生

※中学バスケ部との両立は不可となります。

登録だけではなく練習参加なども不可。

※他部活との両立は可能です。

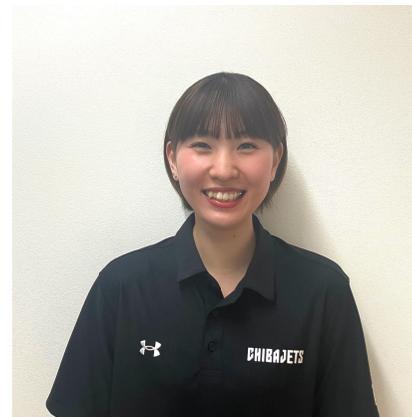
[定員]

30名(各学年10名程度)

⑥女子クラブコーチ

渡邊 彩加(わたなべ あやか)

千葉ジェッツアカデミー一部
JBA公認C級コーチ
キッズサポーター



経歴

市立船橋高校
日本女子体育大学

2020- 千葉ジェッツスクール・クラブアシスタントコーチ

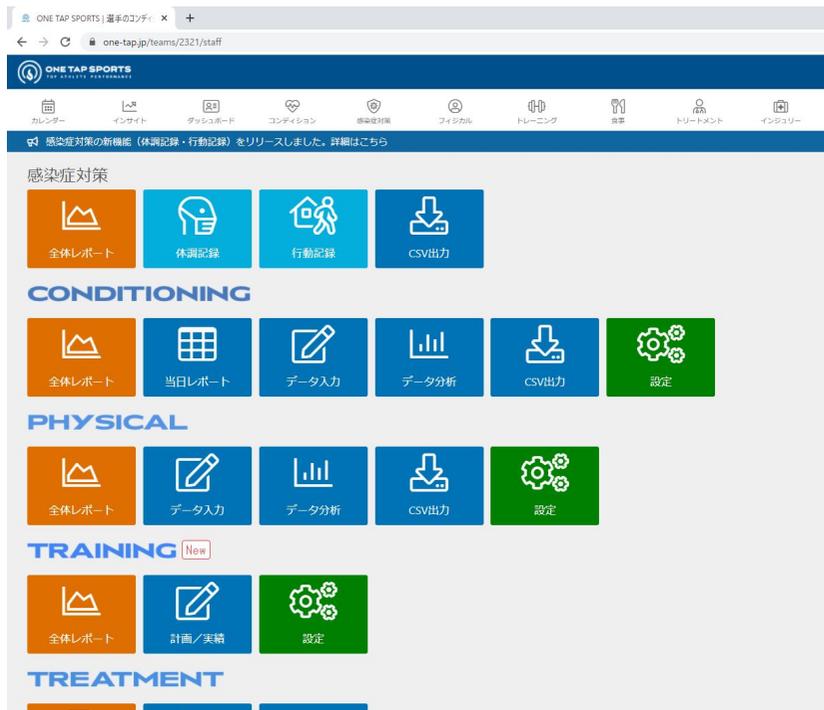
2023- 千葉ジェッツU15女子クラブメインコーチ

担当

女子クラブ 女子選抜クラス 船橋アリーナスクール
幕張スクール 学童事業 クリニック



⑦健康管理



あらゆる選手情報をこのアプリで管理し、
練習やトレーニングの内容を個人の状況によって
変更することが出来ます

毎朝の体温チェック
練習後の疲労度
トレーニング内容
怪我の状況、リハビリ中の内容等

⑧会費

[会費]

月謝 :22,000円
 年会費 :5,500円
 入会金 :5,500円

[その他費用]

合宿費 :20,000円~50,000円
 ウエア費:春約60,000円(ユニフォーム代込み)
 秋約30,000円
 ※ウエアは中学生のみ(小学生は任意)

[ウエア内訳]

春:ユニフォーム上下(濃淡)リバーシブル、Tシャツ、ポロシャツ、冒険パンツ、リュック
 秋:ロンT、スウェット下、ウォーマー上下

