

# FC アビエスは、一緒にサッカーをプレーする選手・指導者を募集しております。

|  |   |
|--|---|
| <p><b>■アビエス</b> (対象者：18 歳以上)</p> <p>日々トレーニングに励むことにより、最高のパフォーマンスを維持し、各種大会で優勝を目指します。アビエスのトップチームの選手としての自覚を常に持ち、ユース年代の選手たちにとってのあこがれの選手として活躍します。</p> <p>練習日時：毎週水・金曜日 19 時～21 時</p> <p>参加大会：長野県サッカー選手権大会、全国社会人サッカー選手権大会、長野県クラブチームサッカー選手権大会、長野県社会人サッカーリーグ（1 部） 他</p> <p>問合せ先：笠原（090-1865-5777）</p>          | <p><b>■アビエスシニア</b> (対象者：35 歳以上)</p> <p>体力を維持し、怪我に気をつけて、いつまでもサッカーを続けます。また、自分でプレーを楽しむとともに、その経験を生かし、ユース年代の選手の指導者として活躍します。</p> <p>練習日：不定期</p> <p>参加大会：日本スポーツマスターズ選手権大会、南信地区 35 リーグ、長野県シニア 35 杯 他</p> <p>問合せ先：守屋（090-7199-0817）</p>  |
| <p><b>■アビエスジュニアユース</b> (対象者：中学生)</p> <p>この年代でスピード（判断・プレー・走る）、理解力（戦術・ポジションの特徴など）、さらに最後まであきらめない闘争心を養います。</p> <p>練習日時：毎週土・日曜日 13 時～16 時／毎週火・木曜日 19 時～21 時</p> <p>参加大会：長野県クラブユーストップリーグ 2 部、長野県クラブユース選手権大会（U-15）（U-14） 他</p> <p>問合せ先：平出（090-4677-3914）</p>  |   |
| <p><b>■アビエスレディース</b> (対象者：23 歳以上の女性)</p> <p>日々トレーニングに励むことにより、最高のパフォーマンスを維持し、各種大会で優勝を目指します。アビエスレディースのトップチームの選手としての自覚を常に持ち、ユース年代の選手たちにとってのあこがれの選手として活躍します。</p> <p>練習日時：毎週水・金曜日 19 時～20 時 45 分</p> <p>参加大会：全日本女子選手権大会、長野県女子サッカーリーグ 他</p> <p>問合せ先：両角（090-3342-1928）</p>                                  | <p><b>■アビエスレディースセレブ</b> (対象者：30 歳以上の女性)</p> <p>体力を維持し、怪我に気をつけて、いつまでもサッカーを続けます。また、自分でプレーを楽しむとともに、その経験を生かし、ユース年代の選手の指導者として活躍します。</p> <p>練習日時：毎週土曜日 9 時 30 分～11 時 30 分</p> <p>参加大会：各種フェスティバル 他</p> <p>問合せ先：関（090-7186-2500）</p>  |
| <p><b>■アビエスレディース U-22</b> (対象者：22 歳以下の女性)</p> <p>勝利を目指す上で必要な総合的な能力が問われる年代です。技術、戦術の完成度を上げ、そして体力を強化して、大人のサッカーへ繋がります。</p> <p>練習日時：毎週水・金曜日 19 時～20 時 45 分</p> <p>参加大会：全日本女子 U-22 選手権大会、長野県女子サッカーリーグ 他</p> <p>問合せ先：両角（090-3342-1928）</p>  | <p><b>■アビエスレディース U-15</b> (対象者：女子中学生)</p> <p>この年代でスピード（判断・プレー・走る）、理解力（戦術・ポジションの特徴など）、さらに最後まであきらめない闘争心を養います。</p> <p>練習日時：毎週水・金曜日 19 時～20 時 45 分</p> <p>参加大会：全日本女子ユース（U-15）選手権大会、長野県女子サッカーリーグ 他</p> <p>問合せ先：両角（090-3342-1928）</p>   |
| <p><b>■アビエスレディース U-12</b> (対象者：女子小学 6・5 年生)</p> <p>技術の習得に最適なのは、発達発育上、一生のうちでも特にさまざまな動作が即座に身につくという特徴を持つ時期（＝ゴールデンエイジ）です。そのような時期を有効に過ごすため、ボールスキルをトレーニングの中心とします。</p> <p>練習日時：毎週水・金曜日 19 時～20 時 30 分<br/>／毎週土曜日 9 時 30 分～11 時 30 分</p> <p>参加大会：長野県女子サッカーリーグ、U-12 選手権大会 他</p> <p>問合せ先：上條（090-3403-4375）</p> | <p><b>■アビエスレディース U-10</b> (対象者：女子小学 4・3 年生)</p> <p>この年代では、いろいろな運動経験を通してのコーディネーションの習得が中心となります。基本的なテクニックは、サッカーをプレーしながら学びます。そして、ゴールデンエイジに向けてサッカーが好きでたまらないといった状態を作ります。</p> <p>練習日時：毎週水・金曜日 19 時～20 時 30 分<br/>／毎週土曜日 9 時 30 分～11 時 30 分</p> <p>参加大会：長野県女子サッカーリーグ（交流の部）、U-10 フェスティバル 他</p> <p>問合せ先：上條（090-3403-4375）</p> |
| <p><b>■アビエスレディース U-8</b> (対象者：女子小学 2・1 年生)</p> <p>この時期に大切なことは、「遊び」です。遊びの中で、ボールがどのように転がるか、弾むかを体験することや、走ること、登ること、バランスをとること、ぶら下がること、投げること、つかむこと、跳ぶこと、その他いろいろな運動が子供たちを熱中させ、必要な運動がさらに発達していくための基礎を作ります。</p> <p>練習日時：毎週土曜日 9 時 30 分～11 時 30 分</p> <p>問合せ先：上條（090-3403-4375）</p>                             |   |
| <p><b>■キッズスクール</b> (対象者：年長・年中)</p> <p>この時期に大切なことは、「遊び」です。遊びの中で、ボールがどのように転がるか、弾むかを体験することや、走ること、登ること、バランスをとること、ぶら下がること、投げること、つかむこと、跳ぶこと、その他いろいろな運動が子供たちを熱中させ、必要な運動がさらに発達していくための基礎を作ります。</p> <p>練習日時：毎月 1 回程度 土曜日または日曜日 (年中) 13 時～13 時 45 分 (年長) 14 時～14 時 45 分</p> <p>問合せ先：横内（090-2930-4305）</p>       |   |