

# フットサル活動報告!!

ろっくん通信

約一年振りのフットサルの活動が4/15に行われました。  
今回はなんと、**2015年までJ3 AC長野パルセイロ**で活躍されていた**大橋良隆さん**に来ていただきました。

前回から長い期間空いた中での活動でしたので、今回も練習時間を少し多めにしようかなと思っていた矢先、ひょんなことから元フットサル選手に来ていただけるというお話。元フットサル選手を前に、どんな練習をすれば良いのかと頭を悩ませていました。

当日、大橋さんにロックフィールドスでの活動はほぼ試合形式がメインで、練習も対面パスやシュートを行う程度とお話をし、どんな練習を行っているかお聞きしたところさほど変わりはないとの事。活動を始める前に個々でボールを蹴っている姿をみて、皆さんきちんとボールも蹴れているので問題ないとお墨付きを頂ける優しさ。現役を既に引退されておられますが、ファンになってしまった私。なにか気づいた時にはメニューを加えてくださるとの事でした。

ランニングを開始し、柔軟体操を終えた後、大橋さんからさっそく体をもう少し温めるための鬼ごっこの提案。六人のグループに分かれ、四角形の枠を作り、中に鬼が一人。四角形のライン上しか動けず、四隅にいる時は鬼はタッチできないルール。サッカーやフットサルに重要な周りを助ける事が必要な鬼ごっこです。久々に体を動かす方たちにしてみれば、きついルールでもありますし、みなさんアップである事を忘れ本気になり、ヘトヘトになっていました。その後は対面パスや、大橋さん提案のゴールを二つ設けた2vs2を行い、メインの試合へと・・・



試合は、**ロックフィールドス vs 大橋さん率いる??混合チーム**で行われました。初めのうちはお互いに見合っている感じでしたが、試合回数を重ねるうちに内容は激しくなっています。ロックフィールドスはこの春入社した新人がサッカー現役との事で、その勢いさながらバンバン点を取り、混合チームは急造ながら連携がうまく取れて華麗なパスワークでどんどん点を重ねていきます。大橋さんは現役を引退されていますが、やはり他の方とはボールを止める、蹴るの動作に無駄がなく別次元の方でした。今回応援に訪れて頂いた総務部滝沢次長からは、迫力があってとても見応えがあったといわれ、大橋さんをはじめ都合をつけて参加いただきました皆様にこの場を借りてお礼申し上げます。ありがとうございました。次回のご参加もお待ちしております!!  
以下、当日の様様をお楽しみください。

Vol:4

4/17(火)

パルセイロ号





**頭を使う鬼ごっこ**



**タイムオーバーで鬼には罰ゲーム**



**2vs2も激しく**



**豪快なシュートが決まる!!**



**見応えのある攻防**



**ブロック3人で入るかシュート!?**





大橋さんのプレーは圧巻



大橋さん /、 /、 /ノールックでパスを!!



あたり負けしない体の強さ!!



## 最後は恒例の記念写真♪

〔番外編〕

この後、恒例の食事会が某イタリアンレストランで行われました。

食事会の様子も写真に収めようとカメラを持ち店内に入りましたが、運動後の食欲には勝てず食い意地を張ってしまい1枚も撮らずに終了。次回以降は気をつけます!!