

「その他」体験しよう

# スポーツクラス

sports class



君を迎える楽しい教室、ここにあり

## 1. アートフットボール afb.



小1-大人  
各スポーツクラス内 & 個別レッスン  
FC宇宙キッズ  
afb.「銀河組」(少年チーム)  
FC宇宙2033  
(子ども～大人のミックスチーム)



## 2. ボールの学校 Oaa academy



**横浜校**  
小1-大人 月曜リクジョー  
16:00-17:15 / 18:00-19:15  
小1-大人 水曜サッカー  
16:00-17:15 / 18:00-19:15  
場所：横浜ラポール 他  
**船橋校**  
年長-小2 金曜アートフットボール  
16:30-17:45  
小3-中3 金曜サッカー  
17:45-19:00  
場所：フレオン船橋アリーナ (東武SC)



## 3. スペシャルキッズ SPK (for FID)



小1-大人  
水曜サッカー基礎 16:00-17:15  
場所：青葉グラウンド小1-小4  
小1-大人  
土曜サッカー 13:30-14:30  
小5-大人 土曜サッカー 14:30-15:45  
場所：豊のグラウンド  
(山下地域交流センター)



## 4. サッカーチーム soccer-sls



各年代カテゴリ  
U-8, U-10, U-12, U-15  
練習日：火曜・水曜・土曜  
試合日：土曜・日曜 (変動あり)  
(レコスリーグ登録 所属)  
練習場：都筑グラウンド 他  
リーグ会場：ドイツ学園 人工芝  
(仲町台駅 徒歩寄り)



## 5. 火曜アスレ athletics



小1-小6  
火曜アスレ/エンジョイ  
17:00-18:00  
セッションメンバー  
17:00-18:30  
(上級者 19:30まで 延長可能)  
都筑アリーナ



## 地域ボランティア volunteer



小1-小6  
横浜市立茅ヶ崎小学校 (キッズクラブ)  
「ボール運動教室」 10:00-11:30  
グラウンド・アリーナ  
小1-小6  
大戸小学校 (中原元気クラブ)  
「Otoアートフットボール」 15:30-16:30  
「Otoサッカー」 16:00-17:00  
グラウンド





2018.4・2019.3 スポーツクラス一覧

クラス名	時間	回数	カテゴリー	活動場所			内容
				メイン	雨天時 予備会場		
afb. (アートフットボール)	各クラス 実施	週4回	小1 - 大人	都筑		—	全身でボールを操る身体と脳の健康を兼ね備えた コーディネーショントレーニング。スポーツ万能に なるために有効。サッカー技術の向上のみならず、 球技の上達、知能の発達を促します。
月曜リクジョー /Oaa横浜校	16:00- 17:15 18:00- 19:15	月3回	小1 - 大人	ラポール	地下グラ ウンド 他	—	陸上競技の自己ベスト更新が目的。そこからフィジカル 強化を狙い、自分の夢・目標達成に活かす。 種目：スプリント系 (100m, 200m, 400m) ・中距離系 (800m, 1500m, 3000m) ・長距離系 マラソン・競歩・ハードルその他
火曜アスレ /エンジョイ	17:00- 18:00	月3回	小1 - 小6	都筑	体育館	—	多目的スポーツの遊び、実践・体験から眠った 運動能力を開花させる場所。 種目：afb. (ボール遊び)、鬼ごっこ、ドッチボール、 バスケット、跳び箱、マット運動、縄跳びなど。
火曜アスレ /セレソン U12	17:00- 18:30	月4回		都筑			「火曜アスレ/エンジョイ」の内容が中・上級者向けに なったサッカー選手育成クラス。将来日本代表を目指して 身体能力を発見する場所。「土曜サッカー/セレソン」の トレーニングと運動させ、リーグ優勝に向けて取り組む。
火曜フットサル /ルール	18:30- 20:00	月3回	中1 - 大人	都筑	体育館	—	中学生は、受験に向けた体力作り、リラクゼーションの 好循環を作る高校受験成功の場所。 大人の平日の楽しみ。運動不足解消に最適な 有酸素運動が出来る場所。
火曜キマグレスポーツ	18:30- 19:30	月3回	小1 - 大人	都筑	体育館	—	気まぐれの会員 (人) 募集中！仲間や家族と 気まぐれに運動 (テニス/バスケット/その他) が出来る場所。 一年の間に同じスポーツばかりはつまらない。2018年度は、 テニスとバスケットを体験しよう。
水曜サッカー /Oaa横浜校	16:00- 17:15	月4回	小1 - 大人	ラポール	グラ ウンド 他	地下 グラウンド 他	球技が一番上達する場所。afb. サッカーを中心に 国際的な日本代表アスリート育成に最も重要な 「心の技術」 (福祉) を取り入れた高等教育。
水曜サッカー /Oaa横浜校 スペシャルキッズ 「ジリツプログラム」	18:00- 19:15						4月-9月 (グラウンド) : サッカー 10月-3月 (地下グラウンド) : サッカーのための 下半身と肺活量強化を図る陸上。
水曜サッカー基礎 /スペシャルキッズ	16:00- 17:15	月3回	小1 - 大人	青葉	グラ ウンド	—	オリンピック・パラリンピックアスリート を目指すメンバーが基礎・個人技術を磨く場所。 パス、トラップ、キック、シュートやゴールキーパーの 知識も学ぶ。
金曜マイスペース	19:00- 20:30	月2回	小1 - 大人	都筑	体育館	—	趣味を伸ばす広場。スポーツ、芸術、音楽の練習を したい人のための場所 (新体操、一輪車、大道芸などの ジャグリング、ドローン、ラジコン、映像撮影)
土曜サッカー /スペシャルキッズ	13:30- 14:30 14:30- 15:45	月4回	小1 - 小4 小5 - 大人	山下 地域交流 センター	グラ ウンド	交流セン ター室内/ ラポール	サッカーを通じ、最大の目標は「楽しく自立する」こと。 親子で遊び・学ぶことで心身を健康にする。 やる気が出て来たメンバーは、「ジリツプログラム」に 進んで行く。 ※ジリツプログラム生徒：パラリンピックなどの 日本代表を視野に入れた育成生徒である。
土曜サッカー /チガヒガエンジョイ	10:30- 11:30	月3回	小1 - 大人				親子で気軽に楽しめるサッカー広場。みんなで住み良い 地域にして希望ある町作りを目指す場所。
土曜サッカー /セレソン U12	9:15- 11:15	月3回	小1 - 小6	都筑 他	グラ ウンド	体育館	テーマは、人生で勝利する人づくり。年間を通じた 少年サッカーリーグの上位を目指して行きます。 U12(12歳以下)はレコスリーグに出場 (場所：ドイツ学園グラウンド)。 U10はメンバーを募集。集まり次第リーグに登録・出場。 チーム内や対外試合を組む予定。

# アソビニキテネ!

※afb.: OTTYが生み出したアートフットボール (ボール遊び) の略。全クラス楽しく取り組みます。

※プラティナ生徒: FCUで一貫育成される「FCUの希望」となる生徒のこと。全クラスが受講でき、ご家族がお子様を  
「トップアスリート」にさせるための努力をクラブとして行きます。特待生・特別価格の会員でスタートします。

※「火曜アスレ/エンジョイ」: 2年生以下の親御さんは会員として参加可能。

※FCUでは各種スポーツ大会、年間イベント・キャンプ盛りだくさんですのでお楽しみに!