



史上初! 堂々の4連覇!



新人チーム!

以下記事は河北新報記事から抜粋
決勝はアバンツァーレ仙台SCが古城FCを下し、4年連続5度目の優勝を飾った。連覇を狙うアバンツァーレはFW勝山俊平選手がハットトリック(3得点)MF布田幹太選手が2得点を挙げる活躍で快勝した。古城は再々好機をつくったが、相手の堅守を崩せず涙をのんだ。

河北杯優勝

アバンツァーレジュニアサッカークラブ会報誌
あばん
かわらばん
2013年8月号



河北新報 7月15日 みやぎスポーツ欄

6年生トップチームは茨城遠征。夏は各年代、強化育成に励みます!



6年生トップチームは茨城遠征へ。アントラーズやレイソルなど全国の名だたる強豪と対戦。力の違いをまざまざとみせつけられました。また、各年代共に、夏から秋にかけて大会が目白押しです。夏休みをどう過ごすかが、チームの成長の分かれ道! みんな頑張ろうぜ!

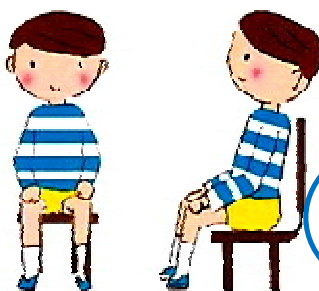
子ども達の夏休みは特別です! 一生忘れない「2013年夏」に!

クラブで取り組みます! 「立腰(りつよう)」

立腰で元気100%!

「立腰の効果」

- やる気が起こる
- 集中力がつく
- 持続力がつく
- 頭が活発に働く
- 行動がすばやくなる
- バランス感覚がつく
- 内臓の働きが良くなる



胸が出る

腰が反る

お尻が出る

立つときの「立腰」の姿勢

「座るときの立腰の姿勢」

足の裏を床につける
お尻を後ろに引き、腰骨をぐっと前に出す
肩や胸の力を抜き、下腹に少し力を入れ、あごを引く

コーチから実践します! 姿勢が悪かったら、注意して下さい!!

コーチを

なんだか調子が悪いな...

体調も気持ちも最高!



「立腰教育」を提案したのは教育者・森信三先生です。森信三は、立腰は「人間に性根を入れる極秘伝」と言い、「この一事をわが子にしつけ得たら、親としてわが子への最大の贈り物といつてよい」とも説きました。

「数学が苦手な生徒は姿勢が悪い」この明らかな事実を知っていましたか?

悪い姿勢では、数学にとつて大切な「集中力」が生まれません。できる生徒は難しい問題が出てなかなか分からなくても、姿勢良く机に向かって取り組んでいるものです。

サッカーも勉強も、まずは姿勢です。姿勢を正しくすることからすべては始まります。そして、実際それだけでプレーの質は上がり、成績が伸びていきます。数学に関していえば、もう間違いない伸びるそうです。これはいますぐ、誰にでもできる成績アップ術です。足を組むのもダメ。基本原則は「体を左右対称にすること」です。

コーチより



第30回ゴミ拾い活動!

ワウワウ! 缶バッジ、デザイン大賞!

あばん裏バン



先輩が後輩を指導!

アバミニイット

ゴミ拾い活動の記念すべき第30回! 中学生も含めてたくさんの方で行いました。「一つ拾えば、一つだけきれいになる」みんなで続けましょう!



※他の地区の受賞作品



H25年8月採用
山形 今 瑞海



H25年8月採用
山形 新田 瑞



H25年8月採用
山形 丸野 龍大



H25年8月採用
福岡 田村 礼士



H25年8月採用
仙台 松内 登真

今月の仙台地区大賞はこれだ!

アバンの缶バッジはクラブ内だけの楽しみにとめて下さい。デザインはインターネットからの画像を使わせてもらうこともあります。

「運転手さん」の紹介

第一に安全、第二に安全、絶対に安全!

ヤマトスタッフサービスから派遣されている運転手 高橋 哲さん(62歳) 今まで約30万キロ、無事故無違反です!

<高橋さんからのお願い> 「とにかく、シートベルトは必ず!きっちりとめて下さい!そこだけは親御さんも厳しくつけて下さい」 「また、バスの乗降の際が一番危険です。足下に気をつけて。もちろん急に飛び出したりしてはいけません。



コーチのおススメ紹介コーナー!

コーチの「おススメ」を紹介します! 今月はラーメン大好き・源晴コーチの「おススメ」ラーメン屋を紹介します。左の写真のお店はラーメン屋「東龍(とうりゅう)」です。県内にきくつかの分店があります。コーチは本店が名取にあったときからのファンなのです。メニューの中でも特に「東龍ラーメン」がおススメです!しょう油味で、甘めのスープ。具材にはラーメンでは珍しい、牛肉、ナス、玉ネギがのっています。コーチは普段はみそラーメンなどを好んで食べるのですが、疲れた時にどうしても食べたくなる優しい一品です。ぜひご賞味あれ。



ご夫婦で!



これが「東龍ラーメン」

中華麺房 東龍 名取店 名取市上余田千刈田 251-4 11:00~15:00 18:00~22:00 第1、第2火曜日が定休日

来週は中里コーチの「おススメスイーツ」を予定! 今週ご期待!



重要! お知らせ!

5月からコーチ達の電話番号が変わりました!

<太白会場・テクニカル・選手コース担当> 大兼久(おおがねく) 070-5479-1433 gratitude003@willcom.com <泉会場・南仙台会場・岩沼会場担当> 中里(なかざと) 070-5475-8514 gratitude007@willcom.com 登録、よろしくお願ひ致します!

佐藤さんのアバン事務局通信

みなさんこんにちは。事務局の佐藤です! 先日、仙台市で行われた福祉機器展という視覚に障害を持つ方々のための便利グッズの展示会に行ってきました。多くの方々が来場しており私が思う以上に多くの弱視や盲人の方が社会にいらっしゃるのだと改めて実感しました。会場には弱視の方が本を読むための拡大鏡や文章を音声で読み取るスキャナーなど様々なハイテク機器がありましたが、中にはワンプッシュで決まった分量の調味料を出すことが出来るボトル(写真)など、健常者にも役立つ道具なども展示されており、興味深かったです!



みんなチャンス! アバン会員参加型企画!

「かわらばん間違い探し」応募方法!

かわらばんの誤字、脱字、日付、数字の間違いなどを見つけ、報告した会員にコーチから「何か」プレゼントしたいと思います! 申込み方法はメール申込みのみ。口頭では受け付けません。文章表現の悪さについてはご勘弁を(^_^;) ohganeku@avanzare-sc.com 応募した人は遠慮なくコーチに声をかけて下さい! ささやかな参加賞をプレゼントします!