

# TRICOLOR

## 幼児・小1・小2の担当コーチについて

益子コーチの10月からの大阪転勤に伴い、幼児・小1・小2の担当コーチが以下のとおりとなります。

年度途中ではありますが、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

### 【幼児・小1 担当コーチ】

佐藤 伸一コーチ(TOP 選手)

### 【小2 担当コーチ】

嘉手納 大輝コーチ

## 大会・公式戦結果

### Top

<県リーグ>

vs GEO-X FC	2-3 ●
vs フットワーククラブ	3-2 ○
vs Y.S.C.C.セカンド	0-2 ●

### Youth

<U-18リーグ>

vs 平沼高校	2-0 ○
vs 横浜創英高校	1-4 ●
vs 新羽高校	4-1 ○

### Junior Youth

<U-13リーグ>

vs 大道中	1-3 ●
--------	-------

### 小6

<FAリーグ>

vs 鶴見東 FC	0-0 △
vs 白根 SC	1-2 ●
vs 六浦少年 SC	2-2 △
vs 3BSC	2-1 ○
vs 夏山 SC	2-0 ○
vs 上中里 SC	4-1 ○
vs FC 杉田	1-2 ●
vs いぶき野ヘリオス	2-0 ○

### 小4

<国際チビッ子サッカー大会>

S チーム

vs 横浜かもめ SC	2-2 △
vs SCH.FC B	2-5 ●
vs バディーSC	1-6 ●
vs 大豆戸 FC B	1-2 ●
vs 藤の木 SC	4-0 ○
vs 折本 SC	3-1 ○

A チーム

vs 荏田東 FC-B	0-3 ●
vs 勝田 SC-R	0-11 ●
vs 瀬谷サンダーキッズ	3-0 ○
vs 本牧少年 SC-B	0-5 ●
vs FC ソレイユ	0-6 ●
vs FC 瀬ヶ崎	0-6 ●

### 小2

<国際チビッ子サッカー大会>

vs たちばなキッカーズ	0-3 ●
vs フレンド S・C	0-3 ●

### Papas

<Comp>

vs 赤羽	3-0 ○
vs 平塚	2-0 ○
vs W マスターズ	2-2 △
<Rec>	
vs 早園	0-2 ●
vs 平塚	2-5 ●
vs Tujiko	2-5 ●

今、グラウンドでは・・・

### Top

#### 【県リーグ2 部落ち危機】

県リーグは終盤戦、3 試合を行いました。

9月6日大雨の降る中の試合は2-3で GEO-X Football Club に敗戦、9月13日フットワーククラブとの試合は終盤までもつれる

展開になりましたが3-2で見事な逆転勝利、9月20日のYSCCセカンドとの試合は、相手に主導権を握られ0-2で敗れました。この結果、3勝1分6敗となり12チーム中9位ですが、9位から11位まで得失点差の僅差です。10月4日の最終戦の結果によっては2部降格もあり得る位置にいます。

今シーズン当初の試合運びは、今まで通りのつなぐサッカーを展開してきたのですが、中盤でボールが繋がらず、前線へボールをなかなかフィードできなくなりました。それぞれの選手のポジショニングにも問題はありますが、ある程度前でためを作らなければ、全体的に押し上げることができません。そのため、前と後ろの距離が離れてしまうという、悪循環に陥っていました。

しかし、選手たちの練習やミーティングなどを重ねた結果、今までの戦術を変更して戦おうとしています。それが吉と出るか凶と出るかは、最終戦が終わって見なければわかりません。最終戦は選手スタッフ全員がリーグ1部のプライドをかけて戦います。ぜひ応援お願いいたします。

#### 【県リーグ最終節】

10月4日(日)しんよこフットボールパーク 19:05～

vs エスペランサ SC

TOP チーム HP

<http://www.kanagawaclub.com/topteam/>

(中本 洋一)

#### Youth

9月はU-18リーグが3試合行われました。9/21(祝・月)、23(祝・水)、27(日)と連戦でしたが、2勝1敗と勝ち切ることができました。人数がぎりぎりの中での連戦でしたが、選手たちはよく戦い抜きました。人数がぎりぎりの中で続けて試合をすることができたことにより、ポジションやそれぞれの選手の役割が明確になり、それぞれがやらなければならないことをやることができたことが良い結果に繋がりました。

横浜平沼高校戦は2-0で勝利することができました。今シーズン初めての完封勝利です。前半は34分にミドルシュートが決まり先制するまで、チャンスはあるもののなかなかフィニッシュまで持たずに行けず停滞感が漂いましたが、34分に先制点を取り、後半5分にコーナーキックから追加点を入れることができ、多少落ち着いてその後の試合を進めることができました。途中相手のペースになりかける時間帯もありましたが、要所で踏ん張り0点で抑えることができました。

横浜創英高校戦は1-4の敗戦となりました。格上相手に早い時間帯で先制されてしまう厳しい戦いとなりましたが、2点を先制されながらもあきらめずチャンスをついてながら1点返すことができました。このチームの成長と言うことができます。

新羽高校戦は4-1で勝利することができました。前半14分に先制される嫌な展開となりましたが、その2分後にす

ぐに追いつきさらに追加点も奪い前半のうちに逆転に成功することができました。相手のキープレイヤーである中盤の3人を徹底してマークすることにより相手に思うようなサッカーをさせず、逆に後半に2点を追加し勝ち切ることができました。

今まで続けてきたことが少しずつ形になり、選手たちの奮闘により勝つことができたことは評価できますが、まだまだ課題は多いです。まずはU-18リーグの最終戦に勝利し良い形で締めくくり、10月後半から始まる神奈川県クラブユースリーグに繋げられるよう引き続き取り組んでまいります。

(豊田 泰弘)

#### Junior Youth

##### [U-14.15]

試合時において軽率なパスミスから失点することがほとんどです。

その原因として

- ① 技術レベルからくる精度の低さ(技術ミス)
- ② 技術レベルからくる視野の狭さ(判断ミス)
- ③ 自己分析不足(判断ミス)
- ④ 「パス」についての理解不足(味方選手に対しての思いやりのなさなど)

精度の低さについては、技術練習することによって改善されます。技術レベルが低いのがゆえに慌ててしまい、視野が狭くなって判断ミスをしてしまうのも、技術練習で解決できますが、技術はすぐに身につくものではありません。

では、技術が身に着くまで全て解決できないかという、多少なりとも解決できるはずですが、ボールを保持することが

できないのであれば、保持しなくてもいいように、パスを受ける前に周りを見ておいておけば、②のミスは減らすことができます。

「自分を知る」ことにより、③のミスも減らすこともできますし、「味方選手への思いやり」を持つことにより、④のミスも減らすことはできます。どれも自分の意識一つで改善できることは多々あります。

サッカーは人間が行うものなので、ミスは絶対なくなることはありませんが、減らすことは可能です。そのためには、ただ練習をこなすだけではなく、常に高い意識をもって臨まなければなりません。意識することは、サッカーが上手い下手は関係なく、今すぐにでも実行できます。

(高田 成典)

## U-13

U13 リーグの前期も全日程終了し、残念ながら一勝も収めることができませんでした。選手は現在ある力を全力で発揮してくれています。それでも勝つことが出来ないのには必ず理由があります。その部分の改善点をスタッフと選手が共有していきます。まずは自分を知ることから始めようと伝えています。今自分は何が出来て、何が出来ないのか。これがわからなければ改善もできませんし、試合の中でプレーの選択もできません。U15 日本代表でも先日言われている監督もいましたが「自分の武器(特徴)をもつこと、弱点から逃げずに取り組むこと。」これはとても大切なことです。自分自身プロデュースしていく中で、自分を知り、どうなっていくべきかという点から逆算して今何をすべきかを

考える力を身につけてほしいです。すぐには成果もでることではありませんが少しずつ前進していきますので、応援・サポートをこれからも宜しくお願い致します。

(斎藤 幸宏)

## 小6

【後期のFAリーグが始まりました。】後期は、前期の成績の結果により上位リーグでの戦いとなりました。上位リーグの戦いはどのチームも同じレベルまたは少しレベルの上のチームとの対戦が続いています。

その中で、試合の勝敗を決めてくるのが基本技術の差だと思っています。上のレベルに行くほど一回のミス、一回の成功でゴールか失点に繋がってきます。前期のリーグで、ごまかせていたミスも上位リーグになるとごまかせなくなり課題がはっきり出てくる毎試合ですが、とても良い経験になっていると思います。

これからの成長は、毎回の練習の取り組み姿勢や自分で工夫をしながら取り組むことが大事になってきます。素晴らしいグラウンド、練習場所も大事ですが、どんな環境でも自分が全力でサッカーと向き合い努力することが一番大事であり成長していく一番の近道だと思います。

(堀内 慶太)

## 小5

### 【Sチーム】

Sチームのメンバーを中心に14名を選抜し、9月19日から一泊二日の日程で原FCカップに参加しました。今回の遠征は、都道府県の中央大会に進出するレベルのチームとの対戦を通じて、今の立ち位置を知る絶好の機会になる

と考えていました。もちろん合宿なので、サッカーだけではなく、食事・睡眠・入浴・洗濯等、ピッチ外においても、多くのことを学ぶことができたのではないのでしょうか。幸い、生活面ではこれまでの白馬や神栖での合宿を経験しているからか、コーチからシンプルな指示を伝えるだけで、一人ひとりが意識をもって個人よりもグループを優先する行動がとれていたと思います。特に時間を守ることについては、神栖合宿での反省を活かし、皆、時計を見ながら早めの行動をとることができていました。

さて、大会の詳細ですが、どのチームも大会に出場すれば本戦まで勝ち上がり、そこでも結果を残せるほどの強豪です。皆、個人としてもチームとしても、とても鍛えられている印象でした。特に、ペナルティエリア付近でのプレーに迷いはなく、アグレッシブに我々のボールを奪いにきました。そこでのミスは、100%見逃してはくれません。GKを含めた自陣の低い位置でのビルドアップでもたつく場面が見られると、瞬時に囲まれてボールを失い、そのままゴールに直結されてしまう場面が繰り返されました。技術というよりも判断ミスに起因する失点が多く、身体の向きやファーストタッチといった基本の大切さを選手たちも身をもって再確認できたのではないのでしょうか。その意味では、本当に良い経験ができたと思っています。厳しいプレッシャーの中でのプレーにおいては、基本の質が問われます。レガを高く積み上げるには、まずは土台作りからです。ゆっくり時間をかけて、基本のレベルを上げていきましょう。

### 【Aチーム】

A チームは、月に 1 回程度の割合で ROOKIE LEAGUE に参加しています。先月もお伝えしたとおり、定期的なリーグ戦を行うことで子どもたちの経験値は確実に上がっています。しかし、一人ひとりの頑張りという点では、まだ物足りません。ボールを失った後、全力で奪い返しに行っていますか？前線にボールが入った時に、後ろからサポートまたは追い越そうとしていますか？相手ゴールの近くでは、味方を探すのではなくゴールに向かうプレーを選択していますか？ルーズボールを奪い合う場面では、相手選手とコンタクトしていますか？全員ではないものの、どれもまだ満足できるレベルには達していません。もちろん、根性論を説くだけで、チームのパフォーマンスが向上するとは思っていませんが、やはり一人ひとりがファイトする姿勢を持たなければ、この先も劇的な変化は望めないでしょう。

会場まで足を運んでくれたファンが、自分たちのプレーを観てわくわくするには、何をすべきなのでしょう。次のミーティングでは、ぜひ、みんなの考えを聞かせてください。

(鈴木 章弘)

#### 小 4

##### 【国際チビッツを終えて…A(青)チーム】

秋の公式戦(国際チビッツ)が終わりました。A(青)チームは 2 部リーグとはいえ、1 勝 5 敗、勝ち点 3 で、7 チーム中 6 位という結果でした。公式戦が始まる前に掲げた目標である「一人一人が、自分で戦う気持ちを持って、誰に頼るのでもなく、自ら道を切り拓いていく」ことができたでしょうか。ユニフォームの色が違う相手に対して、ミスを恐れず、積

極的に普段の練習の成果(ドリブルで相手をかかわしていくこと)を試すことができたでしょうか。

試合のスコアにも表れているように、力(速く走ること、強く蹴ること、戦う気持ちなど)の差が著しい場合には、相手の勢いに押されて、なかなか思うようなパフォーマンスが発揮できなかったようです。得点差が開けば、諦めの気持ちも芽生えてきますし…。そんななかでも一人二人、ドリブルでの挑戦をし続ける選手が出てきたことが明るい材料でしょう。

##### 【丁寧にプレーする意識】

唯一勝利した試合では、相手の圧力が強い前半は、やや苦戦しましたが、後半になると相手の圧力も弱まり、多くの選手がドリブルで仕掛ける場面が見られるようになりました。「ボールを止めて、相手をかかわして、ボールを運ぶ」ことが徐々にできてきました。得点シーンを思い返してみてもきちんとボールをコントロールしてインステップでシュート、目の前の相手をついてかわしてシュート、ドリブルで相手をかかわしながらシュートということができていました。今後はプレッシャーのかかる相手に対しても、同じようにプレーができるようにならなければなりません。それには、一つ一つのプレーのスピードを上げることです。これまでの練習で、丁寧にプレーをすることで精度は身につけてきていますから、相手の寄せのスピードに負けない速さでプレーをすることです。

##### 【課題はプレースピード】

プレーのスピードを上げるには考えるスピードも上げなければなりません。考えるスピードを上げるためには事前

(ボールが来る前)に多くの情報を集めておかなければなりません。多くの情報を集めるには、常に周囲を見回すことです。周りがどんな状況であるかを自分の頭にインプットしてからプレーをすることです。ボールばかりを見ているとボールに吸い寄せられて団子状態になってしまいます。次にボールはどこに動くのか、味方あるいは相手の選手はどのように動くのかなど、次の動きを察知することも大切になります。アウト・オブ・プレーになった際にも、頭を休めずに、即座に次のプレーへと移ることが求められます。プレーの精度と共にプレースピードも上げていくように心がけましょう。

##### 【国際チビッツを終えて…S(白)チーム】

春のSチームの頑張りもあり、秋は 1 部リーグへの参戦となりました。そして、山本コーチのくじ運の良さもあって、今回は横浜市内というより県内でも強豪と言われるいくつかのチームとの真剣勝負が実現しました。数字的には 2 勝 3 敗 1 分けで、7 チーム中の 3 位という結果でしたが、1, 2 位との差は大きく、3~6 位は同勝ち点、3, 4 位は同得失点という混戦でした。こうした混戦を招いたのは「かながわクラブ」の戦い方だったかもしれません。初戦は、何回かの決定機を決めきれずに引き分け、第 4 戦も、個々の選手たちの我が儘なプレーによって流れが悪くなり逆転負けという具合に、勝てる試合を自滅により落とししてしまったという印象でした。

##### 【収穫は？】

その反面、第 2 戦、第 3 戦は、技術的にも、戦術的にも上回る相手でしたので、スペースを上手に使われ、背後を取られることも多く、失点を重ねていき

ましたが、最後まで諦めることなく、ドリブルで仕掛けながら点を取る姿勢を持ち続けました。その姿勢が功を奏し、得点することもできました。全試合で得点を記録することができたことは評価に値すると思います。ある程度自分たちがこれまでに練習してきた(ボールをコントロールし、相手をかまし、ドリブルで運び、シュートを打つというスタイルの)サッカーが通用する手ごたえも感じられたのではないのでしょうか。反面、こうした、強豪チームとの真剣勝負で、相手の寄せのスピードの速さ、ボールを大きく展開されることなど、学ぶべきことが非常に多かった3日間でした。

サッカー以外でも、強豪チームの荷物が整然と置かれていることを目の当たりにしました。サッカーが強いだけでなく、一人一人が自立した人間であることを目指していることがよく分かりました。まずは、荷物をきちんとチャックを締めて、まとめて並べるといことから真似しようと始めました。形から入りましたが、その本質を子どもたちには徐々に理解してもらえればと思います。各家庭におかれましてもご指導いただければと思います。

#### 【今後に向けて…】

第4戦のように、自分たちの我が儘なプレーが試合の流れを悪くすることを学びました。また、サッカーが強いチームはサッカー以外でもきちんとしていることも目の当たりにしました。先ずは、試合前日の荷物の準備から電車の乗り方まで、毎度毎度注意されなくても、自分の責任において行えるようにしましょう。サッカーにおいては、チームとして勝利を目指すという共通認識を持ちましょう。

得点を決めることだけでは勝利を得ることはできませんし、勿論、相手を0点に抑えることができてみずしも勝てるわけではありません。シュートを決める人がいて、相手の攻撃を防ぐ人もいなければ成り立ちません。そうした理解の上で、ポジションという考え方が出てきます。我が儘なプレーが影をひそめるまでは、形だけのポジションの導入は難しいと思います。

#### 【最後に…】

今回もお蔭様で、子どもたちの試合への出場機会を出来るだけ多くする目的で、会場提供をして、2チームエントリーができました。つきましては、保護者の皆様には、会場の設営やグラウンドの準備、運営のお手伝いなど様々なご協力をいただきました。また、貴重な連休にもかかわらず、子どもたちのサッカー中心の予定を重視していただき、お弁当や飲み物の用意、ユニフォームの洗濯から熱い応援まで、保護者の方々の側面からのサポートにより、子どもたちはサッカーに集中することができました。この場をお借りしてお礼を申し上げます。

今回のチーム分け、そして公式の試合の経験から、子どもたち一人一人の意識が変わり、精神的にも、肉体的にも、少なからず成長を示してくれたことを記して今回の総括としたいと思います。

(佐藤敏明)

#### 小3

最近子ども達同士で意見しあうことが多くなってきました。試合のプレーについて意見しあうことはとても大切です。互いに考えてる事を共有する事ができるので、これからも意見しあうことは続け

て欲しいのですが、言葉の使い方の部分を直していけたらいいと考えています。

そのプレーをしたということは、考えがあってそのプレーをした事になります。その考えを一方的に否定をしてしまつたら、そこで相手は、話を聞きたくなくなりますよね？それだと互いにストレスが溜まってしまっただけです。なら、最初になんでそのプレーをしたのか、そしてその後このようなプレーもあるよ！と言ってあげられるようになれば互いに成長する事が出来ます！自分達で話す時は、『どうしてほしかったの？』や『どうしたかったの？』を使って相手の考えも聞き自分の意見も言えるようにしていきますよ。

(山本岳明)

#### 小2

今年度始めから担当させて頂き、そして初めての公式戦を体験する最中、こんな形でみんなと離れるのは少し寂しい気持ちです。最近ではサッカーに対する取組も少しずつ変わってきており、やっとチームらしくなってきたり、これからチームとして、もっと楽しくサッカーができるかな～と想像していただけに残念でしかたがありません。

保護者の方々については、最初の懇親会では、本当にはじめましてか？と思うくらいに、私を受け入れて頂き、その後もサポート頂き、本当に私のやり易いように指導させて頂きました。今後も選手達も保護者の皆様もチームとなって、楽しく、盛り上がり頂けたら嬉しく思います。

短い期間でしたが、担当コーチになれて、楽しかったです。今後はも一つと

サッカーを好きになってください。応援しています。

それでは、お元気です！！また会う日まで！！

(益子伸孝)

## 幼児・小 1

既にご存知の方も多いと思いますが、仕事の都合で 10 月から大阪に住むことになりました。今年の 4 月から担当させて頂き、6 ヶ月と短い期間でしたが、本当にありがとうございました。

自分としては最低でも一年間は担当コーチとしての責任を全うしたかったので、大変残念な気持ちでいます。何より、選手みんなの成長をそばで感じられないことが寂しくてなりません。でも、「かながわクラブ」でサッカーを続けていければ、絶対にまた会える時が来ます！！ですので、是非、これからもサッカーを続けてください。

半年と短い期間でしたが、いろいろと楽しい思い出が残っています。その楽しい思い出を胸に大阪でも頑張りますので、皆さんもこれからもサッカーを楽しんでください！！

それでは、お元気です！！また会う日まで！！

(益子伸孝)

## Papas

### 【Comp 2015 年リーグ戦】

昨年の 1 部入替え戦での悔しい敗戦経験を活かし、また、新メンバー 3 名を加え今年こそは自動昇格の 2 位以内を目指して挑んだ 2015 年でしたが開幕戦を敗戦、第 2 戦を引分けとスタートダッシュに失敗。しかし第 3 戦以降はリードされる展開も多くありましたが、メンバ

ー全員の驚異のねばりにより 6 勝 2 分で乗りきり、最終戦を 1 位と勝点 1 差、勝てば優勝で迎えることができました。1 位、2 位直接対戦の最終戦でしたが、0-2 から追いつくも、勝越し点が奪えず引分けでした。しかしながら、過去最高の 2 部で 2 位、念願の 1 部への自動昇格でリーグ戦を終えることができました。

最終成績は、6 勝 1 敗 3 分 勝点 22 得失 +10

過去の成績

2000 年 Papas 創設

2003 年 Papas 公式戦初勝利

2005 年 神奈川シニアリーグ 4 部登録

2005 年 4 部 2 位 3 部昇格

(Rec/Comp 合同)

2006 年 3 部 2 位 2 部昇格

2007 年 2 部 6 位

2008 年 2 部 11 位 3 部降格

2009 年 3 部 優勝 2 部昇格

2010 年 2 部

2011 年 2 部 4 位

2012 年 2 部 10 位 入替え戦敗戦

2013 年 3 部 優勝 2 部昇格

2014 年 2 部 3 位 入替え戦敗戦

**2015 年 2 部 2 位 1 部昇格！**

シニアリーグ登録から苦節 11 年届きそうで届かなかった 1 部昇格です。来シーズンは、1 部でのサッカーを思う存分楽しみましょう。

しかしながら、来シーズンの Comp は、グラウンド取得をはじめまだまだ課題満載です。

メンバーの皆さんは自分ができる役割を見つけてください。メンバー皆様の支えがあつてのチームです。

最後にもう一つ 2015 年リーグ戦をイエローカード警告【0】で終えています。残

る議長杯もフェアプレーで 1 年を通して警告【0】を目指しましょう。

(瀬長 義男)

## ヨーガ(水曜日クラス)

「今期のヨーガが始まりました！」

9 月 16 日より今期のヨーガ教室がはじまりました。

夏休み明けで久しぶりにお会いする皆様の笑顔がまぶしいです。

そんな中、もっともっと久しぶりの方々がいらっしゃいました。

おひよりは 10 年ぶり。上のお子さんが幼稚園に通っておられたころに参加してくださっていたのですが、その後お忙しくなり、そして二人目のお子さんが生まれてこの春に入園。やっと落ち着いたところでクラスに参加して下さったそうです。

もうひとりの方は 5 年ぶり。お母様の介護でお忙しくなり、その後、お母様が亡くなられたあと抜け殻のようになってしまっていたそうです。そんなときに目にしたのが自治会の回覧板にはさまれているチラシに掲載されていた、かながわクラブのヨーガ教室のお知らせ。「このままではいけない。」と、思い切って参加して下さったそうです。

思えばかながわクラブのヨーガ教室を開始したのは 2005 年の 5 月でした。もうあれから 10 年以上にもなるのですね。多くの方々に支えられ、そして参加いただき続けていくことができます。ありがとうございます。

これからも長く続けることができますように。そして、いつでもヨーガをしたいときに帰ってきてくださることのできる場として、温かく柔らかく地域にあり続けていきたいと思っています。

これからも、どうぞよろしく願い申し上げます。

(伊藤 玲子)

## ヨーガ(金曜日クラス)

### 「秋のヨーガクラス」

毎年この時期は、高くなった空に秋を感じながら、徐々に確実に増していく旺盛な食欲に『天高く馬肥ゆる秋』という言葉を必ず思い出すのですが、今年は雨雨雨…不安定な天候のせい、秋らしさをあまり感じていない気がします。大雨の被害の深刻さには胸が締めつけられます。1日も早い復興を願うと同時に、災害に対する備えを改めて見直しました。

白幡地区センターの金曜ヨーガは、長い夏休みが終わって9月の2週目から始まりました。生徒さんは変わらず元気な様子でしたが、夏の疲れや天候の影響で風邪が流行っているようです。クラスでは、内臓の調整や活性化に効果があると言われていた動きや、季節の変わり目に崩しやすい自律神経に働きかけるような動きを多めに取り入れたり、白湯や消化の良い温かい食べ物で内臓を労うようお勧めしています。

10月は、スポーツの秋も堪能して頂くべく、少し運動量のある太陽礼拝という伝統的なヨーガの動きも入れていく予定です。呼吸に合わせて大きくゆっくりと動いていくのですが、身体のすみずみまで浄化されていくような感じが、とても気持ちが良いですよ。

(中川 有香)

※各学年、人数に余裕がありますので、お知り合いやお友達をご紹介ください。

☆ハンドブックについて☆

携帯で見られるように作成いたしました。下記の URL をクリックしてご覧ください。

クラブの理念や指導方針、各種手続き方法、注意事項、スタッフの紹介など重要な情報満載です。是非ご一読下さい。

[http://www.kanagawaclub.com/HB/youji\\_shougakusei.html](http://www.kanagawaclub.com/HB/youji_shougakusei.html)



かながわクラブ・クラブ員専用の掲示板です。クラブからの重要なお知らせが記載されますので、まめにチェックしていただくと早く正確に情報が伝わります。

<http://8610.teacup.com/kanagawaclub/bbs>



スポーツで日本を元気にしよう！  
**スクール生募集中！**

キッズ (小学生) 平日 15:45~、16:35~ ジュニア (中高生) 平日 17:25~



紫外線100%カット！  
**開閉式テントリニューアル** UV 100%

ポイント①

学期中なら振替は  
 『何回でも』OK!!

ポイント②

インドアのオムニコート  
 実践的な4面フルコート

横浜テニスカレッジ・横浜ゴルフアカデミー<白楽校>



〒221-0075 横浜市神奈川区白幡上町9-23  
 東急東横線白楽駅下車 徒歩3分  
**TEL 045-433-6622**

スポーツ大好き人間のお店  
 横浜アンドウスポーツ **ANDOU**

至三ツ沢競技場  
 保土ヶ谷警察署 コーナン 国道16号 保土ヶ谷区役所 出光GS  
 相鉄線星川駅 至横浜  
 いなげや マクドナルド サックス  
 交番 マインマート  
 アンドウスポーツ 駐車場完備(20台) 至保土ヶ谷公園  
 セブンイレブン 保土ヶ谷 SPC 至国道1号

※相鉄線星川駅下車3分・横浜新道藤塚インターより5分

**アンドウスポーツ**  
 〒240-0006 横浜市保土ヶ谷区星川2-6-30  
**☎045-331-2461**  
<http://www.sports-nakama.com/as/>

内田泰嗣税理士事務所

有限会社トップガン (ワン・ストップサービス)

税理士 内田 泰嗣

横浜市神奈川区入江2-19-11

〒221-0014 大口増田ビル203号

TEL (045) 431-0408

FAX (045) 431-0488

伊藤玲子先生のCD新発売！  
**聴く！グナヨーガ**



★お買い求め方法

①以下の薬局の店頭でご購入いただけます。

光和薬局 神奈川区片倉5-5-1  
 ※地下鉄片倉町駅前のARビル1階  
 TEL:045-482-2216

飯田薬局 神奈川区三ツ沢中町7-9  
 ※地下鉄三ツ沢中町駅3番出口を右に出て、  
 徒歩5分  
 TEL:045-321-3653

②以下のグナヨーガ公式サイトからご購入いただけます。

<http://www.gunayoga.com>

③アマゾン (amazon) からご購入いただけます。

④アイチューン (iTunes) からご購入いただけます。

各1575円 (税込) 販売中



日本テレビに出演