

# N-11

## 1vs1 強化クラス

**対象** A/年中児～年長児  
B/小学生

**時間** A/ 9:30~10:30  
B/ 8:00~9:15

**期間** 8/23(水)～8/25(金)

**場所** 南山ファミリーYMCA

### 内容

もっと1vs1が強くなりたい！と思っている人にお薦めのクラスです。

ボールを奪われない身体の使い方を学び、ドリブルで突破するために必要なステップやフェイントを習得するトレーニングと相手のボールを奪う技術の獲得に必要なトレーニングを重点的に行います。

### スケジュール

	8/23(水)	8/24(木)	8/25(金)
メインプログラム	対人トレーニング	対人トレーニング	対人トレーニング
前半	W-up 1vs1ドリル①	W-up 1vs1ドリル②	W-up 1vs1ドリル③
後半	対人ゲーム ミニゲーム	対人ゲーム ミニゲーム	対人ゲーム ミニゲーム

### Snap Shot

