

国立代々木競技場フットサルコート JR山手線原宿駅から徒歩5分

個人参加のご案内 クリニック・個人参加



国立代々木競技場フットサルコートでは、いろいろなプログラムをご用意！
クリニックの講師は“府中アスレティックフットボールクラブ”と“FC東京”のコーチが担当します。
一緒に身体を動かしクリニックを楽しみましょう！

フットサルクリニックとは…

経験豊富なコーチによる丁寧な指導のもと、練習を行います。
最後はゲームで楽しくプレー！
基礎技術や戦術を身につけたい方はぜひ参加してみてください。

クラス（対象者）※高校生以上の男女 ※各クラス定員25名

超初級 初めての方・始めたばかりの方

初級 そろそろ超初級クラスでは物足りない方・久しぶりにボールを蹴る方

個人参加フットサルとは…

練習はなく、集まったメンバーでチーム分けをして、ゲームを行います。ゲームが好きな方はぜひ参加してみてください。

（最小催行人数10人）

クラス（対象者）

エンジョイ

レベルやカテゴリー分けはございません

中級

パス&コントロールがある程度できる方

OVER30（30歳以上の方限定）

レベルやカテゴリー分けはございません

ミックス

男女問わず、楽しく蹴れる方

※エンジョイ・ミックスクラス定員24名、OVER30・中級クラス定員20名

※開催1時間前に最小催行人数に達しない場合は中止いたします。

※当日は様々なレベルのお客様がいらっしゃいます。
レベルに関係なく他のメンバーと楽しく、ゲームを行っていただきますようお願いいたします。

サッカークリニックとは…

大人の初心者および女性の方を対象にした、FC東京のコーチによるサッカークリニックです。
是非この機会に、サッカーの楽しさを体感し、一緒に身体を動かしましょう！

クラス（対象者）

エンジョイ レベルやカテゴリー分けはございません

18歳以上（ただし高校生は対象外）のサッカー初心者の方および女性の方

スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
7:30						個人参加 OVER30 7:30～9:00	個人参加 OVER30 7:30～9:00
8:00						個人参加 エンジョイ 9:00～11:00	クリニック 初級 9:00～11:00
9:00						クリニック 超初級 11:00～13:00	個人参加 エンジョイ 11:00～13:00
10:00							個人参加 エンジョイ 13:00～15:00
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
19:00	クリニック 超初級 19:00～21:00	サッカークリニック エンジョイ 19:00～21:00	クリニック 初級 19:00～21:00	個人参加 ミックス 19:00～21:00		個人参加 ミックス 19:00～21:00	個人参加 エンジョイ 19:00～21:00
20:00	個人参加 中級 21:00～23:00	個人参加 エンジョイ 21:00～23:00	個人参加 エンジョイ 21:00～23:00	クリニック 超初級 21:00～23:00	個人参加 中級 21:00～23:00	個人参加 中級 21:00～23:00	クリニック 超初級 21:00～23:00
21:00							
22:00							
23:00							

会社帰りに
お友だちや同僚と
一緒に★
気軽に参加！

日常の
ストレス解消に！
汗をかく
リフレッシュ！

参加料金

1回 2,100円

OVER30クラス 1回 1,550円

※当日開催前に受付にてお支払いください。

更衣室・シャワールーム
完備！！

シューズ etc.
レンタル可能！！
（有料）

お申し込み・お問い合わせ先

国立代々木競技場フットサルコート

TEL 03-5790-5666

Web予約も可能です。詳細は、オフィシャルHPをご覧ください！