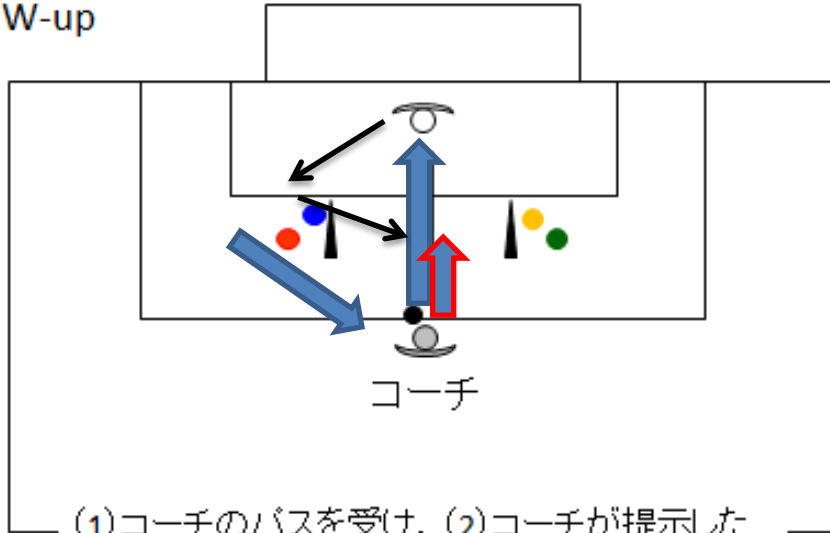


ディナモザグレブ GK トレーニング 講師：サンドロジュフィチ氏

観て、判断し、考えることが常に求められるトレーニングであった。トレーニングが進むにつれてゲームに近づき、集中やテンションが高まる構成であった。

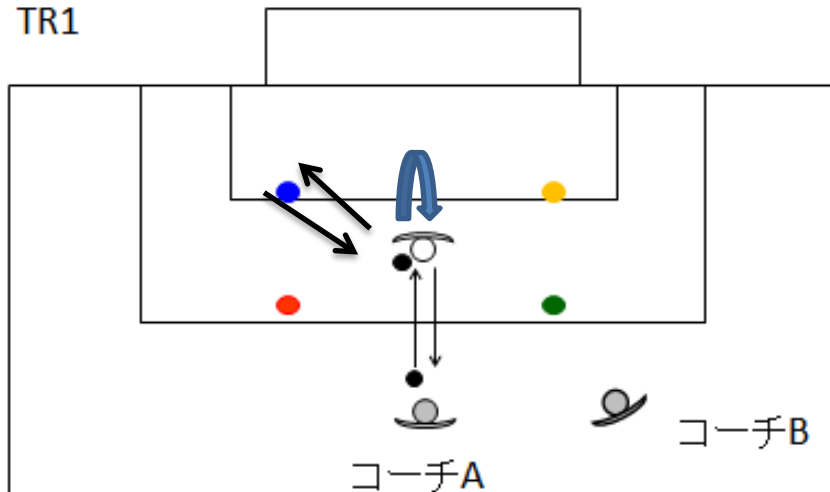
W-up



正確なパス&コンを追及する

(1) コーチのパスを受け、(2) コーチが提示した色にコントロールしてコーチにパス、(3) ポール間でボールをキャッチ

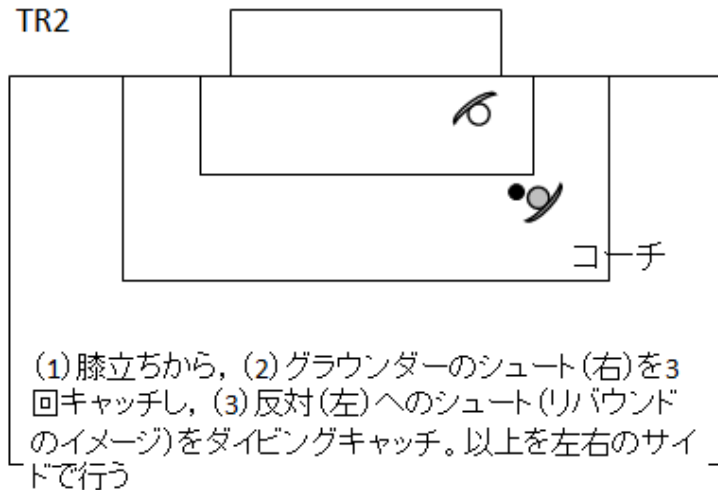
TR1



色への移動は、アプローチしてくるFWをイメージして行う(姿勢や構え)

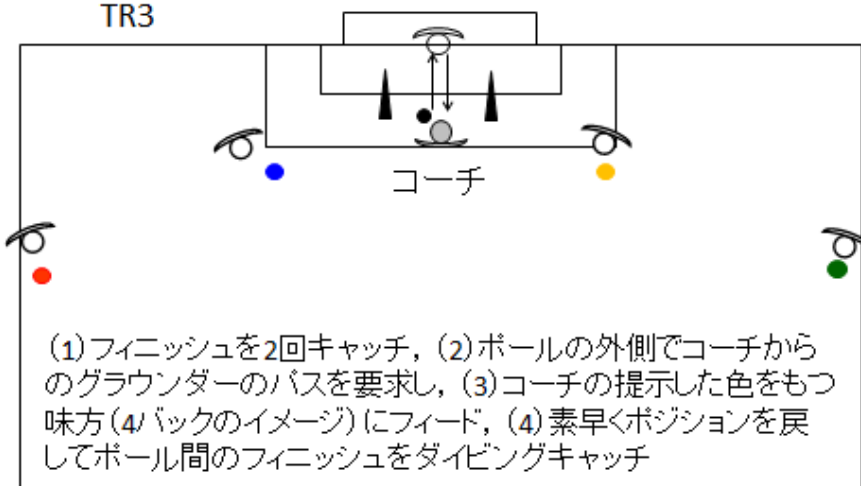
(1) 持っているボールをトスし、(2) コーチAが提示した色に移動した後、(3) トスしたボールをキャッチ&コーチBにパス、(4) ポジションを戻してコーチAのシュートをキャッチ

TR2



- ・ アグレッシブにボールに向かう
- ・ 雨天などスリッピーな状況を想定し、前にパワーをもつ（後傾にならない）
- ・ ハンブルしないボールの抑え方の徹底
- ・ 飛び込んできた相手と交錯し、キャッチしたボールをこぼさないように、味方へのパスまで最新の注意を払う（クイックかつグラウンダーで行う）

TR3



- ・ 常にピッチ全体を見ながらプレーする
- ・ 4バックは前日の姫路選抜のフォーメーションから
- ・ ボール間でのキャッチは、フィニッシュに対し、タイミングを計って斜めにパワーをもって入る



選手たちと親和的な関係を築きながらも、「エナジー！」とモチベーションを高めていくサンドロジュフィチ氏のコーチングが印象的であった。参加6選手はフィジカルよりもむしろ頭が疲れたようで、新鮮な刺激を受けて意欲を高めた様子であった。