

個サル(しっかり)

毎週**木**曜日 20:10~21:40

運動量をしっかりと確保できる、個人参加型イベントです。

☆こんな方にオススメ☆


- ・サッカー、フットサル**経験者**
- ・体力に自信のある方(試合時間を長く、休憩時間を短く設定します)
- ・強いシュートを撃ちたい、頑張ってお守備をしたい方
- ・パスワークで相手チームを崩したい方

注意

- ・相手を怪我させる恐れのあるプレーは控えてください。
- ・プレーに関する指示出しは控えてください。
- ・競技志向の方は対象ではありません。

レベル: 

運動量: 

ゆるさ: 

個サル(エンジョイ)

毎週**土**曜日 20:10~21:40

楽しみながら高いプレーができる、個人参加型イベントです。

☆こんな方にオススメ☆

- ・サッカー、フットサル**経験者**
- ・気持ちの良いゴールを決めたい方
- ・パスワークを楽しみたい方
- ・上のレベルにチャレンジしたい**脱初心者・女性**の方

注意

- ・相手を怪我させる恐れのあるプレーは控えてください。
- ・プレーに関する指示出しは控えてください。
- ・競技志向の方は対象ではありません。

レベル: 

運動量: 

ゆるさ: 

FC東京パーク
☆府中

個サル(OVER30&レディース)

毎週**日**曜日 10:20~11:50

朝から気持ちのいい汗をかける、個人参加型イベントです。


☆こんな方にオススメ☆

- ・ゆるいスピードでフットサルを楽しみたい**30歳以上の男性**
- ・楽しくプレーして、ゴールを決めたい**16歳以上の女性**
- ・目指せ**脱初心者**、レベルを上げたい**初級者**
- ・ゆるく楽しみたいサッカー、フットサル**経験者**

注意

- ・相手を怪我させる恐れのあるプレーは控えてください。
- ・プレーに関する指示出し、ネガティブな発言は控えてください。

レベル: 

運動量: 

ゆるさ: 

個サル(ウェルカム)

毎週**火**曜日 20:10~21:40

初心者・初級者・女性大歓迎!!の個人参加型イベントです。

☆こんな方にオススメ☆

- ・これからフットサルを始めたい**初心者**
- ・まだまだ経験者に混ざるのが不安な**初級者**
- ・楽しくフットサルをしたい**女性**
- ・初心者の皆さんと楽しく蹴りたい**ゆるい経験者**

注意

- ・初心者が怖がる強いシュートや接触プレーは控えてください。
- ・プレーに関する指示出し、ネガティブな発言は禁止です。
- ・経験者の方はプレーレベルを合わせていただきます。

レベル: 

運動量: 

ゆるさ: 