

本田流

オフense クリニック

～個人・組織・戦略…攻撃力を高める**3**つのファクター～



DVD No. **617-S** 全3枚 25,200円
各枚 8,400円 (税込・送料別)



指導・解説: **本田 裕一郎** (流通経済大学付属柏高等学校サッカー部監督)
実技: 流通経済大学付属柏高等学校サッカー部

攻撃は最大の防御なり! 先手必勝!!

近年、様々な攻撃のバリエーションが紹介されていますが、意外とその取捨選択は難しいもの。あれもこれもやろうとして、結局実にならないなんてこともあるはず。そこでこのDVDでは、様々なタイプのチームを率いてきた、流経柏高校の本田裕一郎監督によるオフenseを中心としたトレーニングを紹介しています。

個人技の基本練習から、アイディアに富んだトレーニング、組織としての戦略練習まで幅広く収録しています。それぞれに段階を踏んだ練習が紹介されているため、ユース世代だけではなく、ジュニアユースの世代にもぴったりの作品となっています。

名将・本田監督が厳選した、オフense強化プログラム。練習法に悩んでいる方、指導に迷っている方、もっと引き出しが欲しい方……数多くの経験に基づいたトレーニング法はまさに必見です!

617-1

シュート練習バラエティ (76分)

- シュートの基本
 - 裸足
 - 動いたボール
 - 静止ボール
 - 壁
- ゲームを想定したシュート練習①
 - センター(7種)
 - サイド(3種)
- ゲームを想定したシュート練習②
 - センタリング(3種)
 - ペナルティエリア内(2種)
- スライディング
 - 開脚
 - アウトサイド
 - ターン
 - シュートブロック
 - スクリーンシュート対シュートブロック
- グループでのシュート練習
 - センタリング⇒シュート
 - 3対3シュートゲーム
 - 3対3センタリングゲーム

指導者としての考え方、
エッセンスを凝縮!

617-2

攻撃のアイディア強化プログラム (75分)

- 1対1
 - ハンドゲーム1対1
 - フットゲーム1対1
- 2対2
 - ハンドゲーム2対2
 - フットゲーム2対2
- 3対3
 - マーク(インターセプト)
 - 3対3
- パワープレー
 - 身長差のある競り合い
 - パワープレー
- コーナーキック
 - キック
 - 合わせ
 - コーナーキック⇒カウンター

617-3

ビルドアップからフィニッシュまでの戦略 (72分)

- 攻撃の組み立て《DFエリア》
- 攻撃の組み立て《MFエリア》
- 攻撃の組み立て《FWエリア》
- サイドチェンジ
- 8対8
- 4対4
- フィニッシュ
 - パス⇒シュート
 - センタリング⇒シュート

オフenseコーチングの引き出しが満載! 名将・本田監督の指導視点にも注目!

ジャパンライムのホームページ

<http://www.japanlaim.co.jp>

メール会員登録募集中!

お申し込み方法

- 送料は何巻でも525円となっております。ご希望のDVD No.を指定し、電話かハガキ、もしくは、FAXにてお申し込みください。
- 表示価格は消費税込みの価格です。
- ホームページからのお申し込みもできます。

〔記入例〕

DVD No.
お名前
ご住所/TEL
お勤め先/TEL

お支払い方法

- 到着日指定の「代金引き換え」の宅便でお送りしております。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合、必要書類は、担当者までお申し付けください。
- カード(JCB、VISA、AmericanExpress、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、イオンクレジット、ダイナース、クレディセゾン、東急TOP&カード)もお取り扱いできます。(分割可)

●お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム株式会社

03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX.03(3818)6656