



KINOSHI KATSUHITO × TOTAL TECHNICAL TRAINING

DVD
VIDEO

トータルテクニカル トレーニング・



パッシングサッカーの技術指導とフィジカルレベルの追求



DVD No. 629-S 全3枚 25,200円／各枚 8,400円(税込・送料別)

- 指導・解説：喜熨斗 勝史（名古屋グランパス・トップチームフィジカルコーチ）
- 実 技：日本体育大学学友会サッカー部

[喜熨斗コーチの経歴]

ベルマーレ平塚、浦和レッズ、セレッソ大阪、横浜FCなど数多くのJリーグトップチームのコーチ、フィジカルコーチを歴任。'08年に名古屋グランパスのフィジカルコーチに就任し、'10年のJリーグ初優勝に貢献した。また三浦和良選手（横浜FC）のパーソナルコーチとしても有名。



パスワークの技術が劇的に向上する！ 指導者必見の“トータルトレーニング”

ドリル練習で、状況判断・周辺視能力を磨いて、
プレーの選択肢を増やす！

サッカーには非常に多くの能力が必要とされています。

スピード、アジリティ、コーディネーションなどのフィジカル面はもちろん、テクニックやタイミング、周辺視、状況判断といった様々な能力が求められます。このいずれが欠けても、実戦では自分の思い通りのプレーができなくなってしまいます。

そこで、このDVDでは“トータルテクニック”として、以上のような力を最大限に引き出すような基本的なパッシングトレーニングを紹介します。

作中では、様々な練習のなかで、技術向上を図りながらフィジカルの能力も高めていきます。常に実戦を意識する練習を行うことで、単なるパス練習から“トータルテクニック”的な練習へと変わっていくのです。

監修は名古屋グランパスでテクニカルウォーミングアップなどを担当する、フィジカルコーチの喜熨斗氏。今回もフィジカル、テクニックの両面からサッカーを斬ってくれました。トップ選手だけでなく、全ての年代で通用する練習法が満載です！



技術練習としてのみならず、フィジカル面でも試合で必要な動きを習得できる！

629-1
55min

ベーシックエクササイズ



629-2
68min

アドバンストエクササイズ



629-3
50min

フリースペース&アドバンスト
テクニカルトレーニング



各巻の詳細は
裏面をご覧ください！

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FAXで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」の宅配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（JOB、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。（分割も可）

●お申し込み・お問い合わせはお気軽に！

JL 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

喜慶斗勝史
第2弾!

トータルテクニカルトレーニング[®]

パッキングサッカーの技術指導とフィジカルレベルの追求

DVD No. 629-S 全3枚 25,200円／各枚 8,400円(税込・送料別)

全ての年代で
通用する練習法が
満載です！

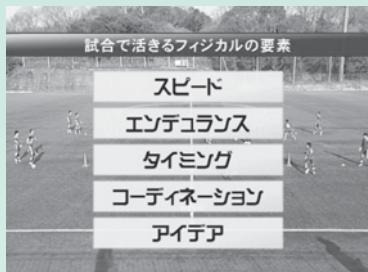
NO.629-1 [55min]

ベーシックエクササイズ

POINT

主に対面でのパスを通して、ベーシックな技術コンセプトを習得していきます。後の練習の基礎となる部分ですので、しっかりとおさえておいて欲しい要素です。

●イントロダクション



すべての基本、対面でのパスです。ワンツー、レイオフなどバリエーションを加えて行います。

- 対面パス
- 対面パス+ワンツー



- 対面パス+ターン
- 対面パス+センターレイオフ

対面で得たものを応用した、広いパターンでの練習です。最終的には状況判断も必要となります。

- 四角パスバリエーション(2タッチ)
- 四角パスバリエーション(1タッチ)
- 四角パスバリエーション(ワンツー・スルーパス)
- 四角パスバリエーション(フリー)

NO.629-2 [68min]

アドバンストエクササイズ

POINT

人数を増やし、ビルドアップのためのパス練習など、より複雑なドリルを紹介します。複雑になったぶん、ショートスプリントの連続など、フィジカル面の強化も望めます。

より複雑に、よりスピーディーにパッキングを行います。技術と判断を同時に磨くドリルです。

- ジグザグパス(ベーシック)
- ジグザグパス(バリエーション)
- ダブルトライアングルパス

実戦のなかで頻出するパターンをつくり、状況を想定しながらスキルを高める練習です。

- ビルドアップ①
- ビルドアップ②



●サイドアタック



- ターン&レイオフ+スルーパス
- ゴール前のコンピネーション

NO.629-3 [50min]

フリースペース&アドバンスト
テクニカルトレーニング

POINT

より大きなスペースを使い、パスの練習を行います。タイミング、周辺視、状況判断など、総合的な能力が必要とされるトレーニング構成となっています。

スペースを限定せず、広い視野を持ってパッキングを行います。徐々に難度も上がっています。

●フリーパス(2タッチ)



- フリーパス(ワンツー)
- フリーパス(ワンツースリー)

サークル状で行うアイディアトレーニング。パス相手を探すという、実戦的なドリルとなります。

- サークルパス(ターン)
- サークルパス(プルアウェイ)
- サークルパス(ワンツー)

さらにテクニックを追求した練習方法。細かい足元の技術と、パスのタイミングを養います。

- アドバンストテクニカルトレーニング①
- アドバンストテクニカルトレーニング②



喜慶斗勝史トレーニングシリーズ第1弾

『フィジコ・テクニコトレーニング』 DVD No. 543-S

全4枚 33,600円／各枚 8,400円(税込・送料別)

現代サッカーに必要なフィジカルの3大要素「エアロビック・パワー・スピード」の能力を高めるトレーニングを、テクニックの要素を取り入れて紹介。激しいプレーの中でも正確なテクニックを発揮できる強い選手の育成を目指します！

第1弾!
好評発売中

543-1 序章 プレステージ～選手の能力を知る～

[57分] 543-3 第2章 2ndステージトレーニング～ゲームに備える身体づくり～[52分]

543-2 第1章 1stステージトレーニング～サッカーに必要な動きづくり～[52分]

543-4 第3章 3rdステージトレーニング～実戦技術のスピードアップ～[64分]