

# SAQ講習会開催

5月1日 快晴の中SAQ講習会を開催しました。  
講師に(株)クレーマジヤパン 吉田トレーナーを招き走りの基本を教えてくださいました。

SAQとは

S=Speed: スピード (重心移動の速さ)

A=Agility: アジリティ (運動時に身体をコントロールする能力)

Q=Quickness: クイックネス (刺激に反応し速く動き出す能力)



また、普通にサッカーが出来る環境にある事への感謝を込めて、子供たち、保護者より熊本地震で被災された方への義援金を集めました。集まった義援金は熊本のサッカーチームへ寄付いたします。

