

第5回

敬相杯

2023 5/3 WED ▶ 5/5 FRI



 KEIAI.

開催概要

主催

(株)敬相

協賛

(株)The StudiuM、オムロンヘルスケア(株)

期間

2023年5月3日（水）～5日（金） 9:00～16:00

開催施設

- | | | |
|----------|-------------|----------|
| ■ 浦和学院高校 | ■ ヴァンフォーレ甲府 | ■ 京都橘高校 |
| ■ 清水東高校 | ■ 湘南工科高校 | ■ 実践学園高校 |
| ■ 西武台高校 | ■ 浙江FC（中国） | ■ 滝川第二高校 |
| ■ 藤枝北高校 | ■ 武南高校 | ■ 松本国際高校 |
| ■ 矢板中央高校 | ■ 山梨学院高校 | |

競技方法

試合時間は50分（25-5-25）交代は無制限と致します。
14チームを2ブロックに分け予選リーグ
3日目に順位決定戦を行います。

表彰

優勝チームにはトロフィーを贈呈致します。（持ち回り）

審判

各チーム1名副審をお願い致します。
各チーム副審用フラッグ、試合球のご持参お願い致します。

宿泊

施設内の宿泊施設をご用意致します。遠方のチームは前泊をお願いします。

その他

・競技中の怪我については、各チームの責任において処置をお願い致します。
また、スポーツトレーナーは常駐しておりますので、応急処置の対応は可能です。

競技規定

- ① 本大会は、原則として（公財）日本サッカー協会競技規則に準ずる。
- ② 試合時間は50分（25-5-25）で行う。
予選リーグは同点の場合、引き分け。順位決定戦は延長なし・PK3人勝ち点制とする 勝点は、勝ち3、引き分け1、負け0とする。
14チーム2ブロックに分け予選リーグ戦を行う。
予選リーグ終了時点で全体集合を挟み、順位決定戦へと移る。
主審は大会運営側が出し、副審は各チーム1名ずつお願い致します。
- ③ 選手登録人数 & 選手交代は制限を設ない。
- ④ リーグ戦の順位決定方式は下記の通りにします。
 - I 勝ち点の多いチーム（勝ち3点、引き分け1点、負け0点）
 - II 得失点差の多いチーム
 - III 総得点の多いチーム
 - IV 総失点の少ないチーム
- ⑤ レガースを必ず着用すること。
- ⑥ 悪天候時は、大会実行委員会の判断により試合時間を短縮、または中止・延期する場合がある。ただし、落雷など、急な危険をともなう場合は、選手・関係者の安全の確保を最優先に考え、大会実行委員会の判断を待たずに、審判の判断で試合を中断あるいは中止する場合がある。試合途中の中止の場合、その時点でのスコアを採用する。
- ⑦ その他、上記に記載されていない事項については、大会実行委員会において協議の上決定する。

筋トレ&ストレッチギア

BUILD 94

瞬発力を
手に入れろ



効率の良い
自重トレーニング

筋肉のトレーニングとストレッチがこれ1つで完結



トレーニング

筋肉を伸ばしながら
経緯的に刺激を与える。

主にトレーニングできる部位

- 大腿四頭筋
- ハムストリングス
- 肩甲骨



ストレッチ

自体重を最大限に使い
筋肉を伸ばす。

主にストレッチできる部位

- ハムストリングス
- 肩甲骨
- 広背筋
- 内転筋

詳しくはこちら

購入はこちら



TikTok



Instagram



HP

(株) 敬相 Build94課



The StadiumM

プロの技が
あなたを変える



プロスポーツトレーナー監修
トレーナーステス

随时無料体験受付中
こんな方におススメ

脚を軽くしたい

痛みを和らげたい

疲れをとりたい

テーピングを巻きたい

マッサージを学びたい

『身体の悩み』
『スポーツトレーナーについて』
何でも質問受付中！

The StadiumM
公式LINE





KEIAI.