

第38回 府中市フットサル大会 プログラム



2024年1月6日 : 小学生の部、中学生の部

2024年1月7～8日 : 女子の部 (A, B, C, E)

一般の部、壮年の部 (A, B)、シニアの部
スーパーシニアの部

会場

☆郷土の森総合体育館
(市立総合体育館)

☆本宿体育館

☆白糸台体育館

☆日吉体育館

スポーツくじ



スポーツ振興くじ助成事業

2023年12月13日発行

第 38 回府中市フットサル大会

大会要項

目的 フットサル競技を通じて、青少年、女性、青年、壮年、シニア、各年齢層に幅広く適応したチーム編成とし、心身ともに健康でゆとりのある生涯スポーツを目指し、また、地域活性化の一環として市民はもとより、在勤、在学、在外国人も含め、相互の交流を深めると共に大会の一層の理解と推進を図る。

期 日 2024年

★1月6日(土)小学生の部、中学生の部

★1月7日(日)女子/A・B・C・E・ 壮年/A・B・一般・シニア・スーパーシニア

★1月8日(祝)女子/A・B・C・E・ 壮年/A・B・一般・シニア・スーパーシニア

会 場

- ・ 総合体育館 : 府中市矢崎町 5-5 TEL 042-363-8111 (府中駅・バス・郷土の森総合体育館)
- ・ 本宿体育館 : 府中市本宿町 4-23 TEL 042-366-0831 (府中駅・バス・富士見通り/下車)
- ・ 白糸台体育館 : 府中市白糸台 1-50 TEL 042-363-1004 (多磨霊園駅・徒歩 10 分)
- ・ 日吉体育館 : 府中市八幡町 3-8 TEL 042-363-2501 (東府中駅・徒歩 5 分)

主 催 府中市フットサル大会実行委員会

主 管 NPO 法人府中YSS NPO 法人府中アスレティックフットボールクラブ

後 援 **スポーツ振興くじ助成事業**   

協 賛 府中スポーツガーデン 

協 力 府中市少年サッカー連盟 府中市フットサル協会 府中市サッカー連盟

参加資格

- (1) 府中市内に在住、在勤、在学および市内クラブ等で日常活動している者で編成したチーム。
- (2) チーム代表者は、市内居住者で20歳以上の成人の方、チームに対して全責任を負える者。
未成年者で構成されたチームは、登録したチーム代表者が試合時、必ず、選手ベンチに帯同していること。
- (3) 参加全選手がいずれかのスポーツ傷害保険に加入していること。

チーム構成

1. 年齢層(2024年4月1日起算)によるチーム編成とし、次の11部門別大会とする。

	競技部門	参加数	チーム構成条件
(1)	少年の部	23	小学6年生を主体に編成したチーム
(2)	中学生の部	4	中学在校生で編成したチーム
(3)	一般男子の部	39	高校生以上で編成したチーム
(4)	壮年Aの部	11	30歳以上で編成したチーム
(5)	壮年Bの部	39	40歳以上で編成したチーム
(6)	シニアの部	24	50歳以上で編成したチーム(男女混合可)
(7)	スーパーシニアの部	13	60歳以上で編成したチーム(男女混合可)
(8)	一般女子Aの部	3	女子15歳以上で編成したチーム
(9)	女子Bの部	10	30歳以上で編成したチーム
(10)	女子Cの部	20	40歳以上で編成したチーム
(11)	女子Eの部	5	50歳以上で編成したチーム

2. 出場選手は二部門にまたがって登録することが出来ない。(違反した場合はチーム失格)
3. 登録選手の追加等の変更は抽選会の日(11月30日)まで認められるが、それ以降は出来ません。

試合方法と競技規則

1. チーム5名(うちゴールキーパー1名含む)
2. 試合は予選リーグ、決勝トーナメント戦とする。
3. リーグ戦の順位決定は、勝点、得失点、総得点、対戦者間、抽選の順で決定する。
4. トーナメント戦で勝敗が決しない場合は、3本のPK戦とする。以降ノックアウト方式。
5. 競技規則は、2023-2024 フットサル競技規則に準じる。

その他

1. 「選手・スタッフ登録書」は正しく記入して下さい。不正が認められた場合はチーム失格と致します。
2. 競技者は「すねあて」を着用する。
3. 競技者は「体育館シューズ」に必ず履き替える。
4. 試合開始30分前までに:チームは「受付」にて、登録選手の確認を受ける。
5. 試合開始30分前にチーム代表者は会場入り口受付で、ユニホーム色の確認を受ける。
同系統色の場合は、時程表の左側チームが優先され、右側のチームは第2ユニホームを着用する。
第2ユニホームのないチームはビブスでの対応可
6. キックオフのコイントスは行わない。時程表の左側チームがオフィシャル席から見て左側エンドとし、キックオフを行う。
7. 大会中のけが、事故等については、当該チーム代表者・監督等の責任者に一任する。

表彰 上位入賞チームを表彰します。

大会事務局 府中市宮西町 3-16-2 とよしまスポーツ内(定休日:月・火)
電話 042-360-5281 FAX 042-360-5283 Email toyosp37@jcom.home.ne.jp

プログラムは、ホームページでも掲載しております。

検索 <府中 YSS> <府中アスレティック FC> <府中市少年サッカー連盟> <府中市サッカー連盟>

事務局 2024・12・13

総合体育館の第1ピッチ・第2ピッチへの選手入場について

選手の入場 ①限られた時間内で大会を運営しますので、ピッチ入退場の際は迅速に願います。前試合のハーフタイム5分前に集合し、ハーフタイム時に当該ピッチサイドに入り、エンドゾーンに入らずサイドライン後もしくは入口付近で待機してください。

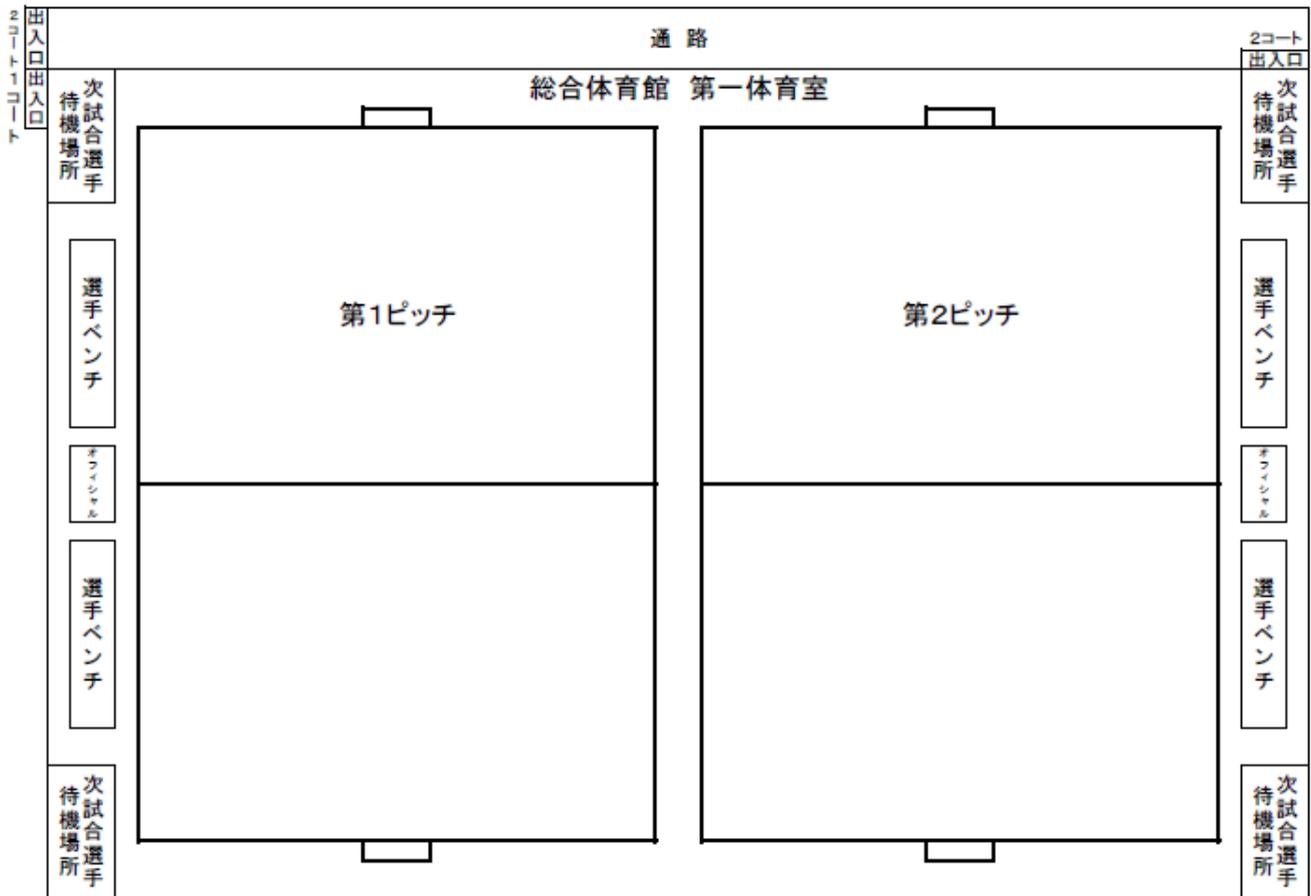


図1. 次試合選手待機場所（総合体育館第一体育室の場合）

- 競技者の用具 ①ユニホーム（シャツ、パンツ、ソックス）スネ当てが無いと出場できません。
ユニホームには、背番号をつけてください。背番号の無い選手は出場できません。
ユニホームは正、副用意してください。サブのユニホームが用意できない場合はゼッケン（ビブス、背番号のあるもの）を用意してください。
- (注) スーパーシニア、シニア、女子の部については、ジャージ、ハーフパンツ等での出場が可能です。
- 審判 ①審判割り当てがあるチームは、審判服、ホイッスル、カード（イエロー、レッド、グリーン）の用意を忘れずをお願いします。
- 警告、退場 ①警告は、次の試合に持ち越さない。
退場を命じられた選手は、その試合と次の1試合は出場できない。但し、その内容により、それ以降の処置は大会規律委員会で決定する。
- その他 ①審判を指定されたチームが審判を出来ない場合は、当該試合の60分前まで本部に申し出てください。審判を放棄したチームは、それ以降チーム失格とすることがあります。
②試合開始時刻に1チーム（5人）揃わないチームは、リーグ戦においては0-5の不戦敗とし、トーナメント戦では失格とする。
③各体育館には、当日責任者がいますので、責任者の指示に従いスムーズなゲーム運営と体育館管理にご協力ください。

《 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 ト ー ナ メ ン ト 表 》

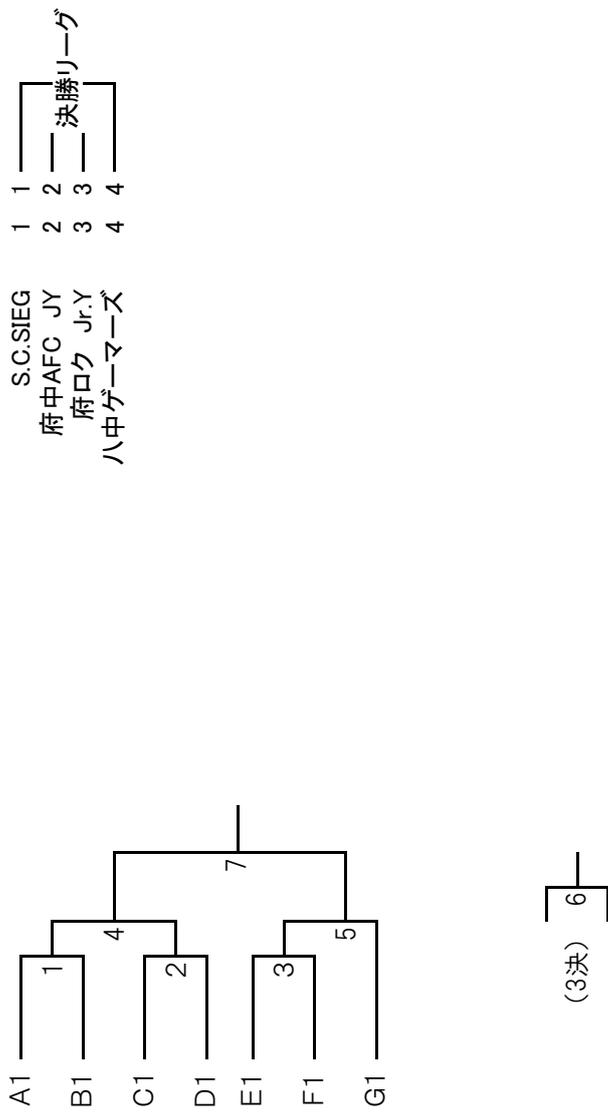
『2024年1月6日(土)』

会場: 全試合「総合体育館」

【少年の部】

GF SCグリーン	1	1	┌───┐
MSC ブルー	2	2	├───┤
南FC	3	3	└───┘
新町FC ロニー	4	1	┌───┐
矢崎SC	5	2	├───┤
4BK ルージュ	6	3	└───┘
たまがわSC シティ	7	1	┌───┐
YN グレー	8	2	├───┤
エルマーズFC	9	3	└───┘
府中北FC アクア	10	1	┌───┐
新町FC ネイマール	11	2	├───┤
MSC レッド	12	3	└───┘
府中2FC	13	1	┌───┐
本宿蹴球団	14	2	├───┤
府中AFCジュニア	15	3	└───┘
たまがわSC ユナイテッド	16	1	┌───┐
4BK ブロン	17	2	├───┤
GF SCイエロー	18	3	└───┘
YN オレンジ	19	4	
MSC イエロー	20	1	┌───┐
ストロング	21	2	├───┤
新町FC メッセン	22	3	└───┘
クロノス	23	4	

【中学生の部】



S.C.SIEG
府中AFC JY
府ロク Jr.Y
八中ゲーマーズ

《 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 ト ー ナ メ ン ト 表 》

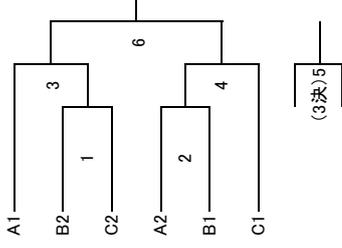
『2024年1月7日(日)・8日(月・祝)』

【女子Aの部】

GENKI FC 1 1
 一番搾り(2) 2 2 — 決勝リーグ
 FC NAKAO 3 3

【女子Bの部】

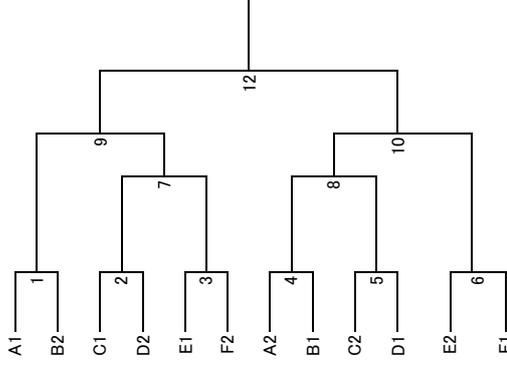
アブラツツ(1) 1 1
 ラビット(総合・会場) 2 2 — A
 蹴穂(総合・会場) 3 3
 サウスウインP 4 1
 GANNEN(3) 5 2 — B
 Teresa 6 3
 バモス レディース 7 1
 エスペランサ 8 2 — C
 ひだまり 9 3
 ミエロ(2) 10



1/8全試合「総合体育館」(1/7は試合なし)

【女子Cの部】

フオレスト(1) 1 1
 YSCオリーブ(総合・会場) 2 2 — A
 Esposa(総合・会場) 3 3 <総合>
 ラブラブズ 4 1
 WLSBM 5 2 — B
 Felice 6 3 <総合>
 フラッパーズ 7 1
 Falcolレディース 8 2 — C
 さくらんぼ娘。 9 3 <総合>
 Neike 10 1
 Mint 11 2 — D
 ガリーズ 12 3 <総合>
 VIVO 13 1
 ミエロ オレンジ 14 2
 JIGGLY PUFF 15 3 — E
 Noborise 16 4 <本宿>
 アブラツツウエルダン 17 1
 カサランカ 18 2
 ピンクハンサー 19 3 — F
 Gol. Go! Honsshuku(2) 20 4
 (本宿・会場)



(3決)11

1/7、1/8全試合「総合体育館」

【女子Eの部】

フェニックス☆サンゴ(1) 1 1
 キャンディース 2 2
 サウスウインQ 3 3 — 決勝リーグ
 フチ+(総合・会場) 4 4
 ミエロ スマイル 5 5

1/8全試合「総合体育館」(1/7は試合なし)

A、B、C、Dブロック: 1/7、1/8全試合「総合体育館」
 E、Fブロック: 1/7「本宿体育館」、1/8「総合体育館」

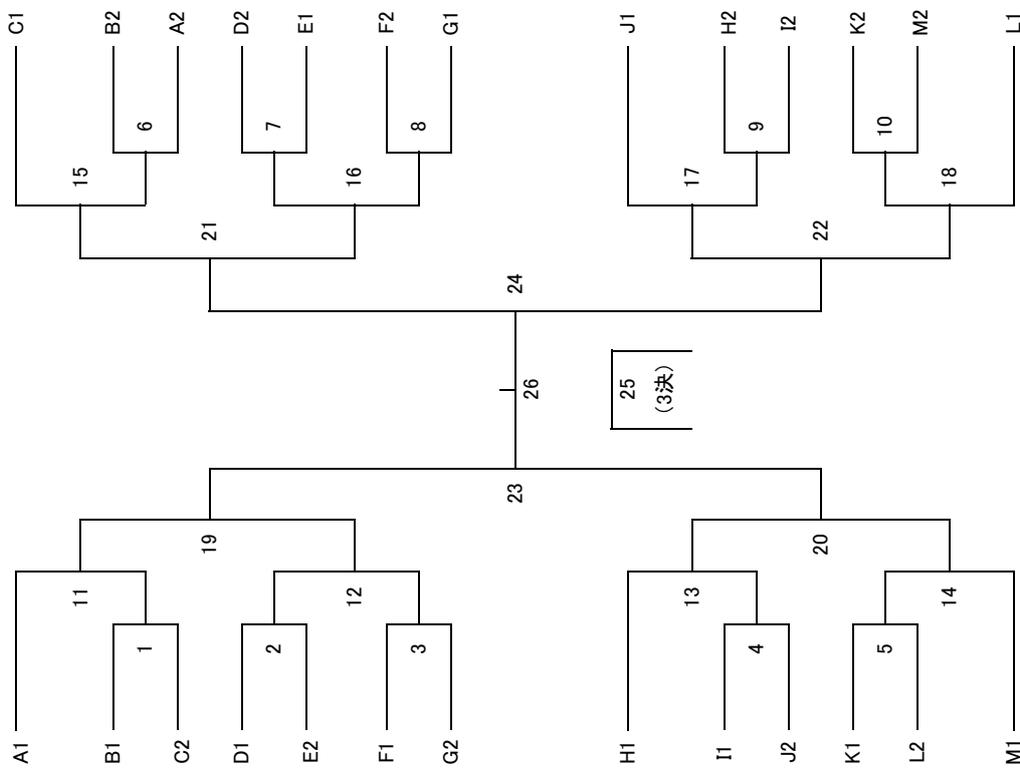
《 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 ト ー ナ メ ン ト 表 》

『2024年1月7日(日)・8日(月・祝)』

【一般の部】

- FC 2nd(1) 1 1
- サンダース住設 2 2 A
- 我茶我茶FC 3 3
- 赤羽ジャパン 4 1
- TWEST 5 2 B
- 428 6 3
- ブラックサンダース 7 1 C
- にせアミーズ 8 2
- 踊るファミリーズ 9 3
- フォルタレーザ 10 1
- 府中北FC 11 2 D
- ぴえとらーず 12 3
- コブダイ 13 1
- ピンクロケッツ 14 2 E
- まるみいーず 15 3
- のぼっちFC 16 1
- エディマワイ 17 2 F
- 四谷 18 3
- ZWEIT 19 1
- 喜福 20 2 G
- アスレっち 21 3
- FCギラン 22 1
- アラブーン 23 2 H
- よつや 24 3

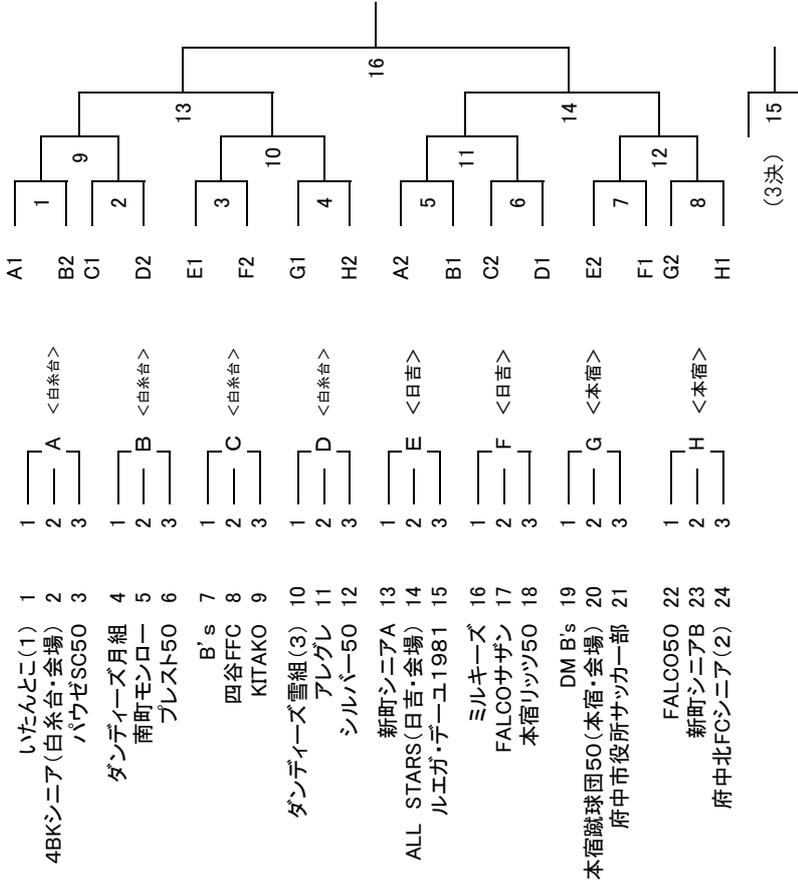
- 1 25 ダービー
- 1 26 Attractive(3)
- 1 27 じゆんちゃん
- 1 28 Juni Soul
- J 29 DESMADRE
- L 30 yotsuya
- 1 31 サンダース315
- K 32 JOGAR
- L 33 MM
- 1 34 ウインストン
- L 35 パラスーシJr.
- L 36 ヨツヤ
- 1 37 アンソレイユ
- M 38 DAHLIA
- L 39 Born'86(2)



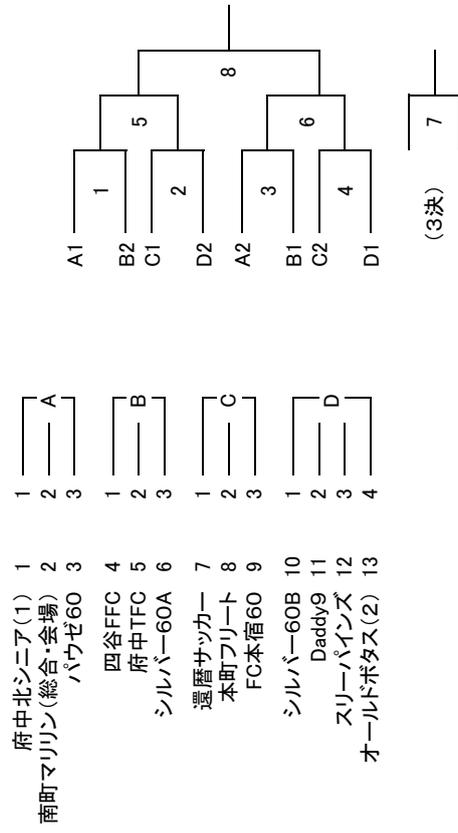
《 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 ト ー ナ メ ン ト 表 》

『2024年1月7日(日)・8日(月・祝)』

【シニアの部】



【スーパージニアの部】



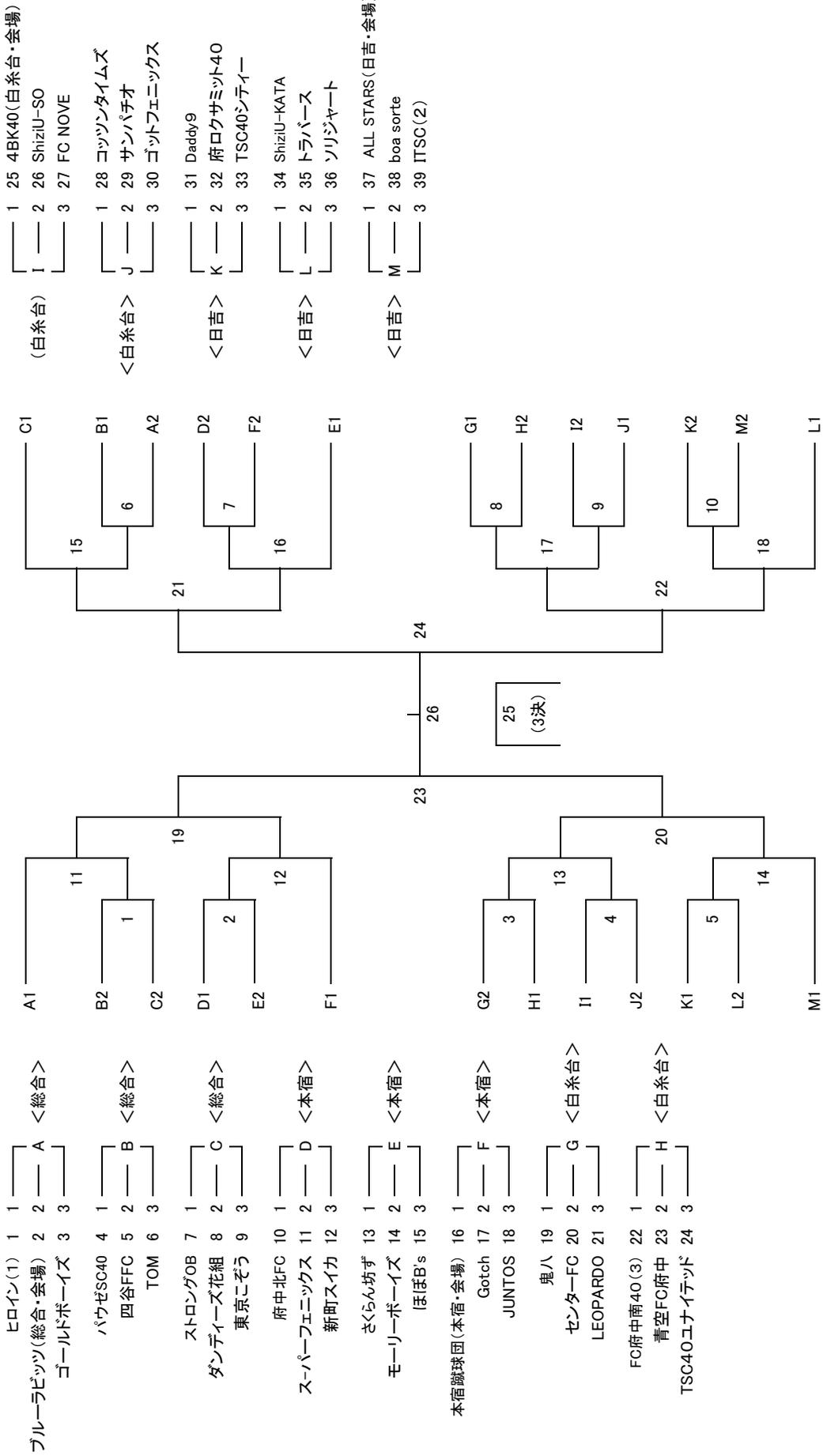
1/7、1/8全試合「総合体育館」

- A、B、C、Dブロック: 1/7「白糸台体育館」、1/8「総合体育館」
- E、Fブロック: 1/7「日吉体育館」、1/8「総合体育館」
- G、Hブロック: 1/7「本宿体育館」、1/8「総合体育館」

《 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 ト ー ナ メ ン ト 表 》

『2024年1月7日(日)・8日(月・祝)』

【壮年Bの部】



- A、B、Cブロック: 1/7、1/8全試合「総合体育館」
- D、E、Fブロック: 1/7「本宿体育館」、1/8「総合体育館」
- G、H、I、Jブロック: 1/7「白糸台体育館」、1/8「総合体育館」
- K、L、Mブロック: 1/7「日吉体育館」、1/8「総合体育館」

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

少年の部

Aブロック	GF SCグリーン	MSC ブルー	南FC	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
GF SCグリーン	★	-	-								
MSC ブルー	-	★	-								
南FC	-	-	★								

Bブロック	新町FC ロニー	矢崎SC	4BK ルージュ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
新町FC ロニー	★	-	-								
矢崎SC	-	★	-								
4BK ルージュ	-	-	★								

Cブロック	たまがわSCシティー	YN グレー	エルマーズFC	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
たまがわSCシティー	★	-	-								
YN グレー	-	★	-								
エルマーズFC	-	-	★								

Dブロック	府中北FC アクア	新町FC ネイマール	MSC レッド	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
府中北FC アクア	★	-	-								
新町FC ネイマール	-	★	-								
MSC レッド	-	-	★								

Eブロック	府中2FC	本宿蹴球団	府中AFCジュニア	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
府中2FC	★	-	-								
本宿蹴球団	-	★	-								
府中AFCジュニア	-	-	★								

Fブロック	たまがわSC ユナイテッド	4BK ブロン	GF SCイエロー	YN オレンジ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
たまがわSC ユナイテッド	★	-	-	-								
4BK ブロン	-	★	-	-								
GF SCイエロー	-	-	★	-								
YN オレンジ	-	-	-	★								

Gブロック	MSC イエロー	ストロング	新町FC メッシ	クロノス	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
MSC イエロー	★	-	-	-								
ストロング	-	★	-	-								
新町FC メッシ	-	-	★	-								
クロノス	-	-	-	★								

中学生の部

決勝ブロック	S.C.SIEG	府中AFC JY	府ロク Jr.Y	八中ゲーマーズ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
S.C.SIEG	★	-	-	-								
府中AFC JY	-	★	-	-								
府ロク Jr.Y	-	-	★	-								
八中ゲーマーズ	-	-	-	★								

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

女子Aの部

決勝ブロック	GENKI FC	一番搾り	FC NAKAO	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
GENKI FC	★	-	-								
一番搾り	-	★	-								
FC NAKAO	-	-	★								

女子Bの部

Aブロック	アブラッソ	ラビッツ	蹴毬	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
アブラッソ	★	-	-								
ラビッツ	-	★	-								
蹴毬	-	-	★								

Bブロック	サウスウインP	GANNEN	Teresa	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
サウスウインP	★	-	-								
GANNEN	-	★	-								
Teresa	-	-	★								

Cブロック	バモス レディース	エスペランサ	ひだまり	ミエロ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
バモス レディース	★	-	-	-								
エスペランサ	-	★	-	-								
ひだまり	-	-	★	-								
ミエロ	-	-	-	★								

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

女子Cの部

Aブロック	フォレスト	YSCオリーブ	Esposa	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
フォレスト	★	-	-								
YSCオリーブ	-	★	-								
Esposa	-	-	★								

Bブロック	ラブラブズ	WLSBM	Felice	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ラブラブズ	★	-	-								
WLSBM	-	★	-								
Felice	-	-	★								

Cブロック	フラッパーズ	Falcoレディース	さくらんぼ娘。	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
フラッパーズ	★	-	-								
Falcoレディース	-	★	-								
さくらんぼ娘。	-	-	★								

Dブロック	Nelke	Mint	ガリーズ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
Nelke	★	-	-								
Mint	-	★	-								
ガリーズ	-	-	★								

Eブロック	VIVO	ミエロ オレンジ	JIGGLY PUFF	Noborise	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
VIVO	★	-	-	-								
ミエロ オレンジ	-	★	-	-								
JIGGLY PUFF	-	-	★	-								
Noborise	-	-	-	★								

Fブロック	アブラッソウェルダン	カサブランカ	ピンクパンサー	Go!Go! Honshuku	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
アブラッソウェルダン	★	-	-	-								
カサブランカ	-	★	-	-								
ピンクパンサー	-	-	★	-								
Go!Go! Honshuku	-	-	-	★								

女子Eの部

決勝ブロック	フェニックス☆サンゴ	キャンディーズ	サウスウインQ	プチ+	ミエロ スマイル	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
フェニックス☆サンゴ	★	-	-	-	-								
キャンディーズ	-	★	-	-	-								
サウスウインQ	-	-	★	-	-								
プチ+	-	-	-	★	-								
ミエロ スマイル	-	-	-	-	★								

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

一般の部

Aブロック	FC 2nd	サンダース住設	我茶我茶FC	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
FC 2nd	★	-	-								
サンダース住設	-	★	-								
我茶我茶FC	-	-	★								

Bブロック	赤羽ジャパン	TWEST	428	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
赤羽ジャパン	★	-	-								
TWEST	-	★	-								
428	-	-	★								

Cブロック	ブラックサンダース	にせアミーズ	踊るファミリーズ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ブラックサンダース	★	-	-								
にせアミーズ	-	★	-								
踊るファミリーズ	-	-	★								

Dブロック	フォルタレーザ	府中北FC	ぴえとろーす	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
フォルタレーザ	★	-	-								
府中北FC	-	★	-								
ぴえとろーす	-	-	★								

Eブロック	コブダイ	ピンクロケッツ	まるみいーず	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
コブダイ	★	-	-								
ピンクロケッツ	-	★	-								
まるみいーず	-	-	★								

Fブロック	のぼっちFC	エディマフィ	四谷	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
のぼっちFC	★	-	-								
エディマフィ	-	★	-								
四谷	-	-	★								

Gブロック	ZWEIT	喜福	アスレっち	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ZWEIT	★	-	-								
喜福	-	★	-								
アスレっち	-	-	★								

Hブロック	FCギラシ	アラブーン	よつや	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
FCギラシ	★	-	-								
アラブーン	-	★	-								
よつや	-	-	★								

Iブロック	ダービー	Atractivo	じゅんちゃん	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ダービー	★	-	-								
Atractivo	-	★	-								
じゅんちゃん	-	-	★								

Jブロック	Juni Soul	DESMADRE	yotsuya	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
Juni Soul	★	-	-								
DESMADRE	-	★	-								
yotsuya	-	-	★								

Kブロック	サンダース315	JOGAR	MM	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
サンダース315	★	-	-								
JOGAR	-	★	-								
MM	-	-	★								

Lブロック	ウインストン	パラスーシJr.	ヨツヤ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ウインストン	★	-	-								
パラスーシJr.	-	★	-								
ヨツヤ	-	-	★								

Mブロック	アンソレイユ	DAHLIA	Born'86	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
アンソレイユ	★	-	-								
DAHLIA	-	★	-								
Born'86	-	-	★								

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

壮年Aの部

Aブロック	キングクリムゾン	Junky	team Vamos!	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
キングクリムゾン	★	-	-								
Junky	-	★	-								
team Vamos!	-	-	★								

Bブロック	FC VIVA	FC.WMU	FCハリー	フォルトナ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
FC VIVA	★	-	-	-								
FC.WMU	-	★	-	-								
FCハリー	-	-	★	-								
フォルトナ	-	-	-	★								

Cブロック	TSC30シティー	スーパータートルズ	R.よつやーど	domingo	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
TSC30シティー	★	-	-	-								
スーパータートルズ	-	★	-	-								
R.よつやーど	-	-	★	-								
domingo	-	-	-	★								

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

壮年Bの部

Aブロック	ヒロイン	ブルーラビッツ	ゴールドボーイズ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ヒロイン	★	-	-								
ブルーラビッツ	-	★	-								
ゴールドボーイズ	-	-	★								

Bブロック	パウゼSC40	四谷FFC	TOM	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
パウゼSC40	★	-	-								
四谷FFC	-	★	-								
TOM	-	-	★								

Cブロック	ストロングOB	ダンディーズ花組	東京こぞう	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ストロングOB	★	-	-								
ダンディーズ花組	-	★	-								
東京こぞう	-	-	★								

Dブロック	府中北FC	スーパーフェニックス	新町スイカ	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
府中北FC	★	-	-								
スーパーフェニックス	-	★	-								
新町スイカ	-	-	★								

Eブロック	さくらん坊ず	モーリーボーイズ	ほぼB's	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
さくらん坊ず	★	-	-								
モーリーボーイズ	-	★	-								
ほぼB's	-	-	★								

Fブロック	本宿蹴球団	Gotch	JUNTOS	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
本宿蹴球団	★	-	-								
Gotch	-	★	-								
JUNTOS	-	-	★								

Gブロック	鬼八	センターFC	LEOPARDO	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
鬼八	★	-	-								
センターFC	-	★	-								
LEOPARDO	-	-	★								

Hブロック	FC府中南40	青空FC府中	TSC40ユナイテッド	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
FC府中南40	★	-	-								
青空FC府中	-	★	-								
TSC40ユナイテッド	-	-	★								

Iブロック	4BK40	ShiziU-SO	FC NOVE	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
4BK40	★	-	-								
ShiziU-SO	-	★	-								
FC NOVE	-	-	★								

Jブロック	コツソuntimeズ	サンパチオ	ゴットフェニックス	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
コツソuntimeズ	★	-	-								
サンパチオ	-	★	-								
ゴットフェニックス	-	-	★								

Kブロック	Daddy9	府ロクサミット40	TSC40シティー	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
Daddy9	★	-	-								
府ロクサミット40	-	★	-								
TSC40シティー	-	-	★								

Lブロック	ShiziU-KATA	トラバース	ソリジャート	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ShiziU-KATA	★	-	-								
トラバース	-	★	-								
ソリジャート	-	-	★								

Mブロック	ALL STARS	boa sorte	ITSC	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ALL STARS	★	-	-								
boa sorte	-	★	-								
ITSC	-	-	★								

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

シニアの部

Aブロック	いたんとこ	4BKシニア	パウゼSC50	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
いたんとこ	★	-	-								
4BKシニア	-	★	-								
パウゼSC50	-	-	★								

Bブロック	ダンディーズ月組	南町モンロー	プレスト50	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ダンディーズ月組	★	-	-								
南町モンロー	-	★	-								
プレスト50	-	-	★								

Cブロック	B's	四谷FFC	KITAKO	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
B's	★	-	-								
四谷FFC	-	★	-								
KITAKO	-	-	★								

Dブロック	ダンディーズ雪組	アレグレ	シルバー50	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ダンディーズ雪組	★	-	-								
アレグレ	-	★	-								
シルバー50	-	-	★								

Eブロック	新町シニアA	ALL STARS	ルエガ・デーユ1981	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
新町シニアA	★	-	-								
ALL STARS	-	★	-								
ルエガ・デーユ1981	-	-	★								

Fブロック	ミルキーズ	FALCOサザン	本宿リッツ50	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
ミルキーズ	★	-	-								
FALCOサザン	-	★	-								
本宿リッツ50	-	-	★								

Gブロック	DM B's	本宿蹴球団50	府中市役所サッカー部	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
DM B's	★	-	-								
本宿蹴球団50	-	★	-								
府中市役所サッカー部	-	-	★								

Hブロック	FALCO50	新町シニアB	府中北FCシニア	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
FALCO50	★	-	-								
新町シニアB	-	★	-								
府中北FCシニア	-	-	★								

《 第38回 府中市フットサル大会リーグ表 》

スーパーシニアの部

Aブロック	府中北シニア	南町マリリン	パウゼ60	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
府中北シニア	★	-	-								
南町マリリン	-	★	-								
パウゼ60	-	-	★								

Bブロック	四谷FFC	府中TFC	シルバー60A	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
四谷FFC	★	-	-								
府中TFC	-	★	-								
シルバー60A	-	-	★								

Cブロック	還暦サッカー	本町フリース	FC本宿60	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
還暦サッカー	★	-	-								
本町フリース	-	★	-								
FC本宿60	-	-	★								

Dブロック	シルバー60B	Daddy9	スリーパインズ	オールドボタス	勝	負	分	勝点	得点	失点	差	順位
シルバー60B	★	-	-	-								
Daddy9	-	★	-	-								
スリーパインズ	-	-	★	-								
オールドボタス	-	-	-	★								

【 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 時 程 表 】

[2024年1月6日 ・ 総合体育館・第一体育室] 8分-1分-8分(インターバル2分)

No.	時間	部	第1ピッチ			審判	部	第2ピッチ			審判
1	10:30 - 10:47	少	GF SC グリーン	A	MSC ブルー	府中2FC	少	新町FC ロニー	B	矢崎SC	GF SC イエロー
2	10:49 - 11:06	少	たまがわSC シティ	C	YN グレー	MSCイエロー	少	府中北FC アクア	D	新町FC ネイマール	YN オレンジ
3	11:08 - 11:25	少	府中2FC	E	本宿蹴球団	ストロング	少	たまがわSC ユナイテッド	F	4BK ブロン	MSC ブルー
4	11:27 - 11:44	少	MSC イエロー	G	ストロング	新町FC ロニー	少	GF SC イエロー	F	YN オレンジ	YN グレー
5	11:46 - 12:03	少	新町FC メッシ	G	クロノス	MSC レッド	少	GF SC グリーン	A	南FC	府中AFCジュニア
6	12:05 - 12:22	少	新町FC ロニー	B	4BK ルージュ	たまがわSC ユナイテッド	少	たまがわSC シティ	C	エルマーズFC	新町FC メッシ
7	12:24 - 12:41	少	府中北FC アクア	D	MSC レッド	4BK ブロン	少	府中2FC	E	府中AFCジュニア	エルマーズFC
8	12:43 - 13:00	少	たまがわSC ユナイテッド	F	GF SC イエロー	南FC	少	MSC イエロー	G	新町FC メッシ	矢崎SC
9	13:02 - 13:19	少	4BK ブロン	F	YN オレンジ	たまがわSC シティ	少	ストロング	G	クロノス	新町FC ネイマール
10	13:21 - 13:38	少	MSC ブルー	A	南FC	本宿蹴球団	少	矢崎SC	B	4BK ルージュ	府中北FC アクア
11	13:40 - 13:57	少	YN グレー	C	エルマーズFC	GF SC グリーン	少	新町FC ネイマール	D	MSC レッド	クロノス
12	13:59 - 14:16	少	本宿蹴球団	E	府中AFCジュニア	本部	少	たまがわSC ユナイテッド	F	YN オレンジ	4BK ルージュ
13	14:18 - 14:35	少	MSC イエロー	G	クロノス	本部	少	4BK ブロン	F	GF SC イエロー	本部
14	14:37 - 14:54	少	ストロング	G	新町FC メッシ		少	A1	1	B1	
15	14:56 - 15:13	少	C1	2	D1	本部	少	E1	3	F1	本部
16	15:15 - 15:32	中	S.C. SIEG	決勝リーグ	府中AFC JY		中	府ロク Jr. Y	決勝リーグ	八中ゲーマーズ	
17	15:34 - 15:51	少	1勝者	4	2勝者	本部	少	3勝者	5	G1	本部
18	15:53 - 16:10	中	S.C. SIEG	決勝リーグ	府ロク Jr. Y		中	府中AFC JY	決勝リーグ	八中ゲーマーズ	
19	16:12 - 16:29	少	4勝者	7	5勝者	本部	少	4敗者	6	5敗者	本部
20	16:31 - 16:48	中	S.C. SIEG	決勝リーグ	八中ゲーマーズ		中	府中AFC JY	決勝リーグ	府ロク Jr. Y	
21	16:50 - 17:07										
22	17:09 - 17:26										
23	17:28 - 17:45										
24	17:47 - 18:04										

【 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 時 程 表 】

[2024年1月7日 ・ 総合体育館・第一体育室] 7分-1分-7分(インターバル2分)

No.	時 間	部	第1ピ ッ チ			審 判	部	第2ピ ッ チ			審 判
1	9:00 - 9:15	Sシ	府中北シニア	A	南町マリリン	本部	Sシ	四谷FFC	B	府中TFC	本部
2	9:17 - 9:32	Sシ	シルバー60B	D	Daddy 9		Sシ	スリーパインズ	D	オールドボタス	
3	9:34 - 9:49	Sシ	府中北シニア	A	パウゼ60	本部	Sシ	四谷FFC	B	シルバー60A	本部
4	9:51 - 10:06	Sシ	シルバー60B	D	スリーパインズ		Sシ	Daddy 9	D	オールドボタス	
5	10:08 - 10:23	Sシ	南町マリリン	A	パウゼ60	本部	Sシ	府中TFC	B	シルバー60A	本部
6	10:25 - 10:40	Sシ	シルバー60B	D	オールドボタス		Sシ	Daddy 9	D	スリーパインズ	
7	10:42 - 10:57	女C	ラブラブズ	B	WLSBM	本部	女C	フラツパーズ	C	Falcoレディース	本部
8	10:59 - 11:14	女B	アブラッソ	A	ラビッツ		女B	サウスウインP	B	GANNEN	
9	11:16 - 11:31	女C	ラブラブズ	B	Felice	本部	女C	フラツパーズ	C	さくらんぼ娘。	本部
10	11:33 - 11:48	女B	アブラッソ	A	蹴毬		女B	サウスウインP	B	Teresa	
11	11:50 - 12:05	女C	WLSBM	B	Felice	本部	女C	Falcoレディース	C	さくらんぼ娘。	本部
12	12:07 - 12:22	女B	ラビッツ	A	蹴毬		女B	GANNEN	B	Teresa	
13	12:24 - 12:39	女C	A1	1	B2	本部	女C	C1	2	D2	本部
14	12:41 - 12:56	女C	A2	4	B1		女C	C2	5	D1	
15	12:58 - 13:13	壮A	FC VIVA	B	FC WMU	本部	壮A	TSC30シティー	C	スーパータートルズ	本部
16	13:15 - 13:30	壮A	FCハリー	B	フォルトナ		壮A	R.よつや一ど	C	domingo	
17	13:32 - 13:47	壮B	ヒロイン	A	ブルーラビッツ	本部	壮B	パウゼSC40	B	四谷FFC	本部
18	13:49 - 14:04	壮A	FC VIVA	B	FCハリー		壮A	TSC30シティー	C	R.よつや一ど	
19	14:06 - 14:21	壮A	FC WMU	B	フォルトナ	本部	壮A	スーパータートルズ	C	domingo	本部
20	14:23 - 14:38	壮B	ヒロイン	A	ゴールドボーイズ		壮B	パウゼSC40	B	TOM	
21	14:40 - 14:55	壮A	FC VIVA	B	フォルトナ	本部	壮A	TSC30シティー	C	domingo	本部
22	14:57 - 15:12	壮A	FC WMU	B	FCハリー		壮A	スーパータートルズ	C	R.よつや一ど	
23	15:14 - 15:29	壮B	ブルーラビッツ	A	ゴールドボーイズ	本部	壮B	四谷FFC	B	TOM	本部
24	15:31 - 15:46	一般	赤羽ジャパン	B	TWEST		一般	ブラックサンダース	C	にせアミーズ	
25	15:48 - 16:03	壮B	B2	1	C2	本部	壮B	B1	6	A2	本部
26	16:05 - 16:20	一般	赤羽ジャパン	B	428		一般	ブラックサンダース	C	踊るファミリーズ	
27	16:22 - 16:37	壮B	A1	11	1勝者	本部	壮B	C1	15	6勝者	本部
28	16:39 - 16:54	一般	TWEST	B	428		一般	にせアミーズ	C	踊るファミリーズ	
29	16:56 - 17:11	一般	コブダイ	E	ピンクロケッツ	本部	一般	のぼっちFC	F	エディマフィ	本部
30	17:13 - 17:28	一般	FCキラシ	H	アラブーン		一般	ダービー	I	Atractivo	
31	17:30 - 17:45	一般	コブダイ	E	まるみい一ず	本部	一般	のぼっちFC	F	四谷	本部
32	17:47 - 18:02	一般	FCキラシ	H	よつや		一般	ダービー	I	じゅんちゃん	
33	18:04 - 18:19	一般	ピンクロケッツ	E	まるみい一ず	本部	一般	エディマフィ	F	四谷	本部
34	18:21 - 18:36	一般	アラブーン	H	よつや		一般	Atractivo	I	じゅんちゃん	
35	18:38 - 18:53	一般	サンダース315	K	JOGAR	本部	一般	ウインストン	L	パラス一シJr.	本部
36	18:55 - 19:10	一般	B1	1	C2		一般	D1	2	E2	
37	19:12 - 19:27	一般	サンダース315	K	MM	本部	一般	ウインストン	L	ヨツヤ	本部
38	19:29 - 19:44	一般	I1	4	J2		一般	K1	5	L2	
39	19:46 - 20:01	一般	JOGAR	K	MM	本部	一般	パラス一シJr.	L	ヨツヤ	本部
40	20:03 - 20:18	一般	G1	8	F2		一般	H2	9	I2	
41	20:20 - 20:35										

【 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 時 程 表 】

[2024年1月7日 ・ 総合体育館・第二体育室] 7分-1分-7分(インターバル2分)

No.	時 間	部	第3ピ ッ チ			審 判			
1	9:00 - 9:15	Sシ	還暦サッカー	C	本町フリート	本部			
2	9:17 - 9:32	女C	フォレスト	A	YSCオリーブ				
3	9:34 - 9:49	Sシ	還暦サッカー	C	FC本宿60	本部			
4	9:51 - 10:06	女C	フォレスト	A	Esposa				
5	10:08 - 10:23	Sシ	本町フリート	C	FC本宿60	本部			
6	10:25 - 10:40	女C	YSCオリーブ	A	Esposa				
7	10:42 - 10:57	女C	Nelke	D	Mint	本部			
8	10:59 - 11:14	女B	バモスレディース	C	エスペランサ				
9	11:16 - 11:31	女C	Nelke	D	ガリーズ	本部			
10	11:33 - 11:48	女B	ひだまり	C	ミエロ				
11	11:50 - 12:05	女C	Mint	D	ガリーズ	本部			
12	12:07 - 12:22	女B	バモスレディース	C	ひだまり				
13	12:24 - 12:39	女B	エスペランサ	C	ミエロ	本部			
14	12:41 - 12:56	壮A	キングクリムゾン	A	Junky				
15	12:58 - 13:13	女B	バモスレディース	C	ミエロ	本部			
16	13:15 - 13:30	女B	エスペランサ	C	ひだまり				
17	13:32 - 13:47	壮A	キングクリムゾン	A	team Vamos!	本部			
18	13:49 - 14:04	壮B	ストロングOB	C	ダンディーズ花組				
19	14:06 - 14:21	壮A	Junky	A	team Vamos!	本部			
20	14:23 - 14:38	壮B	ストロングOB	C	東京こぞう				
21	14:40 - 14:55	一般	FC 2nd	A	サンダース住設	本部			
22	14:57 - 15:12	壮B	ダンディーズ花組	C	東京こぞう				
23	15:14 - 15:29	一般	FC 2nd	A	我茶我茶FC	本部			
24	15:31 - 15:46	一般	フォルタレーザ	D	府中北FC				
25	15:48 - 16:03	一般	サンダース住設	A	我茶我茶FC	本部			
26	16:05 - 16:20	一般	フォルタレーザ	D	びえとうーす				
27	16:22 - 16:37	一般	ZWEIT	G	喜福	本部			
28	16:39 - 16:54	一般	府中北FC	D	びえとうーす				
29	16:56 - 17:11	一般	ZWEIT	G	アスレっち	本部			
30	17:13 - 17:28	一般	Juni Soul	J	DESMADRE				
31	17:30 - 17:45	一般	喜福	G	アスレっち	本部			
32	17:47 - 18:02	一般	Juni Soul	J	yotsuya				
33	18:04 - 18:19	一般	アンソレイユ	M	DAHLIA	本部			
34	18:21 - 18:36	一般	DESMADRE	J	yotsuya				
35	18:38 - 18:53	一般	アンソレイユ	M	Born '86	本部			
36	18:55 - 19:10	一般	F1	3	G2				
37	19:12 - 19:27	一般	DAHLIA	M	Born '86	本部			
38	19:29 - 19:44	一般	B2	6	A2				
39	19:46 - 20:01	一般	D2	7	E1	本部			
40	20:03 - 20:18	一般	K2	10	M2				
41	20:20 - 20:35								

【第38回府中市フットサル大会時程表】

[2024年1月7日 白糸台体育館・日吉体育館・本宿体育館] 7分-1分-7分(インターバル2分)

No.	時間	部	白糸台体育館			審判	日吉体育館				審判	本宿体育館				審判
			部	審判	部		審判	部	審判	部		審判	部	審判		
1	9:00 - 9:15	社B	鬼八	G	センターFC	本部						女C	VIVO	E	ミエロ オレンジ	本部
2	9:17 - 9:32	社B	FC府中南40	H	青空FC府中								女C	アブラソウウェルダン	F	
3	9:34 - 9:49	社B	4BK40	I	ShiziU-SO	本部						女C	JIGGLY PUFF	E	Noborie	本部
4	9:51 - 10:06	社B	コツソタイムズ	J	サンパチオ								女C	ピンクパンサー	F	
5	10:08 - 10:23	社B	鬼八	G	LEOPARDO	本部	社B	Daddy 9	K	府ロクサミット40	本部	女C	VIVO	E	JIGGLY PUFF	本部
6	10:25 - 10:40	社B	FC府中南40	H	TSC40ユナイテッド		社B	ShiziU-KATA	L	トラパース			女C	アブラソウウェルダン	F	
7	10:42 - 10:57	社B	4BK40	I	FC NOVE	本部	社B	ALL STARS	M	boa sorte	本部	女C	ミエロ オレンジ	E	Noborie	本部
8	10:59 - 11:14	社B	コツソタイムズ	J	ゴットフェニックス		社B	Daddy 9	K	TSCシティー			女C	カザブランカ	F	
9	11:16 - 11:31	社B	センターFC	G	LEOPARDO	本部	社B	ShiziU-KATA	L	ソリジャート	本部	女C	VIVO	E	Noborie	本部
10	11:33 - 11:48	社B	青空FC府中	H	TSC40ユナイテッド		社B	ALL STARS	M	ITSC			女C	アブラソウウェルダン	F	
11	11:50 - 12:05	社B	ShiziU-SO	I	FC NOVE	本部	社B	府ロクサミット40	K	TSCシティー	本部	女C	ミエロ オレンジ	E	JIGGLY PUFF	本部
12	12:07 - 12:22	社B	サンパチオ	J	ゴットフェニックス		社B	トラパース	L	ソリジャート			女C	カザブランカ	F	
13	12:24 - 12:39	社B	G2	3	H1	本部	社B	boa sorte	M	ITSC	本部	社B	府中北FC	D	スーパーフェニックス	本部
14	12:41 - 12:56	社B	I1	4	J2		社B	K1	5	L2			女C	E1	3	
15	12:58 - 13:13	社B	G1	8	H2	本部	社B	K2	10	M2	本部	女C	E2	6	F1	本部
16	13:15 - 13:30	社B	I2	9	J1		社B	5勝者	14	M1			社B	さくらん坊ず	E	
17	13:32 - 13:47	社B	3勝者	13	4勝者	本部	社B	10勝者	18	L1	本部	社B	本宿蹴球団	F	Gotch	本部
18	13:49 - 14:04	社B	8勝者	17	9勝者		シニア 新町シニアA	E	ALL STARS			社B	府中北FC	D	新町スイカ	
19	14:06 - 14:21	シニア	いたんとこ	A	4BKシニア	本部	シニア ミルキーズ	F	FALCOサザン	本部	社B	さくらん坊ず	E	ほぼB's	本部	
20	14:23 - 14:38	シニア	ダンディーズ月組	B	南町モンロー		シニア 新町シニアA	E	ルエガ・デュー1981			社B	本宿蹴球団	F		JUNTOS
21	14:40 - 14:55	シニア	B's	C	四谷FFC	本部	シニア ミルキーズ	F	本宿リッツ50	本部	社B	スーパーフェニックス	D	新町スイカ	本部	
22	14:57 - 15:12	シニア	ダンディーズ雪組	D	アレグレ		シニア ALL STARS	E	ルエガ・デュー1981			社B	モーリーボーイズ	E		ほぼB's
23	15:14 - 15:29	シニア	いたんとこ	A	ハウゼ'SC 50	本部	シニア FALCOサザン	F	本宿リッツ50	本部	社B	Gotch	F	JUNTOS	本部	
24	15:31 - 15:46	シニア	ダンディーズ月組	B	プレスト50							社B	D1	2		E2
25	15:48 - 16:03	シニア	B's	C	KITAKO	本部	シニア E1	3	F2	本部	社B	D2	7	F2	本部	
26	16:05 - 16:20	シニア	ダンディーズ雪組	D	シルバー50		シニア E2	7	F1			社B	2勝者	12		F1
27	16:22 - 16:37	シニア	4BKシニア	A	ハウゼ'SC 50	本部					社B	7勝者	16	E1	本部	
28	16:39 - 16:54	シニア	南町モンロー	B	プレスト50							シニア	DM B's	G		本宿蹴球団50
29	16:56 - 17:11	シニア	四谷FFC	C	KITAKO	本部					シニア	FALCO 50	H	新町シニアB	本部	
30	17:13 - 17:28	シニア	アレグレ	D	シルバー50							シニア	DM B's	G		府中市役所サッカー部
31	17:30 - 17:45	シニア	A1	1	B2	本部					シニア	FALCO 50	H	府中北FCシニア	本部	
32	17:47 - 18:02	シニア	C1	2	D2							シニア	本宿蹴球団50	G		府中市役所サッカー部
33	18:04 - 18:19	シニア	A2	5	B1	本部					シニア	新町シニアB	H	府中北FCシニア	本部	
34	18:21 - 18:36	シニア	C2	6	D1											
35	18:38 - 18:53										シニア	G1	4	H2	本部	
36	18:55 - 19:10										シニア	G2	8	H1		
36	19:12 - 19:27															

【 第 38 回 府 中 市 フ ッ ト サ ル 大 会 時 程 表 】

[2024年1月8日 ・ 総合体育館第一体育室] 7分-1分-7分(インターバル2分)

No.	時 間	部	第 1ピ ッ チ			審 判	第2ピ ッ チ				審 判
			対戦相手	リーグ	対戦相手		リーグ	対戦相手	リーグ	対戦相手	
1	9:00 - 9:15	女A	GENKI FC	決勝リーグ	一番搾り	本部	女E	フェニックス☆サンゴ	決勝リーグ	キャンディーズ	本部
2	9:17 - 9:32	女E	サウスウインQ	決勝リーグ	プチ+		女B	B2	1	C2	
3	9:34 - 9:49	女E	ミエロ スマイル	決勝リーグ	フェニックス☆サンゴ	本部	女A	GENKI FC	決勝リーグ	FC NAKAO	本部
4	9:51 - 10:06	女B	A2	2	B1		女E	キャンディーズ	決勝リーグ	サウスウインQ	
5	10:08 - 10:23	女A	一番搾り	決勝リーグ	FC NAKAO	本部	女E	プチ+	決勝リーグ	ミエロ スマイル	本部
6	10:25 - 10:40	Sシ	1勝者	5	2勝者		Sシ	3勝者	6	4勝者	
7	10:42 - 10:57	女E	フェニックス☆サンゴ	決勝リーグ	サウスウインQ	本部	女E	キャンディーズ	決勝リーグ	プチ+	本部
8	10:59 - 11:14	Sシ	5勝者	8	6勝者		Sシ	5敗者	7	6敗者	
9	11:16 - 11:31	女E	ミエロ スマイル	決勝リーグ	キャンディーズ	本部	女E	フェニックス☆サンゴ	決勝リーグ	プチ+	本部
10	11:33 - 11:48	女B	3勝者	6	4勝者		女B	3敗者	5	4敗者	
11	11:50 - 12:05	女E	サウスウインQ	決勝リーグ	ミエロ スマイル	本部	シ	3勝者	10	4勝者	本部
12	12:07 - 12:22	シ	5勝者	11	6勝者		シ	7勝者	12	8勝者	
13	12:24 - 12:39	女C	9勝者	12	10勝者	本部	女C	9敗者	11	10敗者	本部
14	12:41 - 12:56	シ	9勝者	13	10勝者		シ	11勝者	14	12勝者	
15	12:58 - 13:13	壮A	B2	1	C2	本部	壮A	A2	2	B1	本部
16	13:15 - 13:30	シ	13勝者	16	14勝者		シ	13敗者	15	14敗者	
17	13:32 - 13:47	壮B	19勝者	23	20勝者	本部	壮B	21勝者	24	22勝者	本部
18	13:49 - 14:04	壮A	A1	3	1勝者		壮A	2勝者	4	C1	
19	14:06 - 14:21	壮B	23勝者	26	24勝者	本部	壮B	23敗者	25	24敗者	本部
20	14:23 - 14:38	壮A	3勝者	6	4勝者		壮A	3敗者	5	4敗者	
21	14:40 - 14:55	一般	7勝者	16	8勝者	本部	一般	J1	17	9勝者	本部
22	14:57 - 15:12	一般	11勝者	19	12勝者		一般	13勝者	20	14勝者	
23	15:14 - 15:29	一般	15勝者	21	16勝者	本部	一般	17勝者	22	18勝者	本部
24	15:31 - 15:46										
25	15:48 - 16:03	一般	19勝者	23	20勝者	本部	一般	21勝者	24	22勝者	本部
26	16:05 - 16:20										
27	16:22 - 16:37	一般	23勝者	26	24勝者	本部	一般	23敗者	25	24敗者	本部
28	16:39 - 16:54										
29	16:56 - 17:11										
30	17:13 - 17:28										
31	17:30 - 17:45										
32	17:47 - 18:02										
33	18:04 - 18:19										
34	18:21 - 18:36										

アキレス腱断絶の予防法

過去の大会では多数のアキレス腱断裂が発生しました。

フットサルは気軽に行えるスポーツですが日常では出すことのない瞬発力や急激な切りかえしをすることによってアキレス腱断裂が引き起こされるのではないかと考えられます。

正月の大会に限らず1 dayの大会や個サル（個人参加型フットサル）でもアキレス腱を断裂することがよくあり注意が必要です。

そこで、「アキレス腱断裂を予防するために必要な4つの条件」を参考にしてください。

- ① 12月からは少し体を動かす
→当日のプレイが1年ぶりということがないように
- ② 前日、当日のお酒はほどほどに
→飲むなら次の日に試合がない夜に
- ③ アップは必須
→会場の都合でアップが出来ない場合は近くの公園や家周辺で動いてから会場へ
ふくらはぎのストレッチは壁かテーブルに手をつけて、踵を地面から離さないように
階段を利用するともっとしっかり伸ばすことができます
また、ふくらはぎとアキレス腱の間のマッサージも効果的です
※雪や雨の場合でも困らないよう当日のアップ場所としてあらかじめ屋根のある場所を探しておきましょう
- ④ 腰、膝、足首のコンディションが良くない場合は早めのケアをしておきましょう
→整形外科、整骨院、鍼灸院などをうまく活用しましょう

以上

スポーツくじ



FC TOKYO

