



SUERTE FC Chigasaki

CLUB GUIDE BOOK



総合型地域スポーツクラブ 特定非営利活動法人SUERTE

〒253-0053

神奈川県茅ヶ崎市東海岸北3-8-21

TEL : 0467-51-7855

FAX : 050-3463-3512

MAIL:support@suertefc.net



SUERTE 指導方針

SUERTE SPIRIT

日本の
サッカー界を担う
選手の育成

人間形成

夢を叶える
進路サポート

SUERTE FCでは、日本のサッカー界で活躍できる人材の育成を目標に活動を行っています。
世界・日本のトップレベルを経験したスタッフが、自身が培ってきた経験を活かし、
「トップレベルになる為に本当に必要なスキル」を指導しています。
中学校の3年間は、少年～青年へと成長していく、プレーヤーとしても一人の人間としても
人生において非常に大切な時期です。
サッカーに多くの時間を費やす選手一人一人と真剣に向き合い、サッカースキルだけではなく、
オフザピッチでの「挨拶・規律・集団行動」にも力を入れて指導し、サッカーを通して人としての
ベース作りを行います。

トレーニング

体が成長しフィジカル面で大きく向上する時期の中学3年間は、適切な「量・時間」で効率よく
トレーニングを行うために、フィジカルコーチ、チームアドバイザーとともに選手のコンディションを見極めながらトレーニングプランの作成を行っています。

月曜日・・・OFF
火曜日・・・トレーニング
水曜日・・・OFF
木曜日・・・トレーニング
金曜日・・・トレーニング
土曜日・・・試合 or トレーニング
日曜日・・・試合 or トレーニング

※春休み・夏休み・冬休み等の長期休み時について・・・合宿、遠征を行います。
月曜日、水曜日にもコンディションを調整しながらトレーニングを行います。
(長期休み時の平日トレーニングは9:00～15:00の間で2時間程度行います。)
※選手の体の成長を促すために、月に1～2回程度休日にOFFが入ります。



トレーニング施設紹介

平日・・・円蔵中学校（北茅ヶ崎駅徒歩7分）・梅田中学校（茅ヶ崎駅徒歩10分）
スクエア茅ヶ崎フットサルクラブ
休日・・・大磯運動公園・柳島スポーツ公園・芹沢スポーツ広場・堤スポーツ広場
スクエア茅ヶ崎フットサルクラブ



大磯運動公園
フルコート天然芝グラウンド
神奈川県サッカー協会登録
SUERTE FCメイングラウンド

スクエア茅ヶ崎フットサルクラブ
チーム トレーニングコート
バイエルンミュンヘン・ドルトムント等が使用。
FIFAが育成年代に推奨する
ドイツ製「スピードピッチ」搭載コート

チームマイクロバス
スクエア茅ヶ崎
フットサルクラブでの
平日トレーニング
終了後に茅ヶ崎駅まで
無料送迎を行います。
成長時期の選手たちが
なるべく早く帰宅
できるように考慮
しています。

進路実績

サッカー人生は中学の三年間で終わりません。

これからのサッカーライフをより充実できるように、
次のステップへと繋げる進路面で、最大限のサポートを行います。

SUERTE FCは強豪校・ユースチームとの強いパイプを持っており、一般参加型のサッカー一部セレクション、練習会に参加するだけでなく、SUERTE FCのトレーニングや練習試合に監督やスカウトの方に顔を出していただき、選手のスカウティングを行っていただいております。

そのため、日本全国の強豪校へ特待生や推薦生として、多くの選手が進学しています。

進学先・交流チーム 一覧

【県外】

成立学園高校（東京）・帝京第三高校（山梨）・日本航空高校（山梨）・鹿島学園高校（茨城）・前橋育英高校（群馬）・星稜高校（石川）
羽黒高校（山形）・帝京長岡高校（新潟）・山梨学院高校（山梨）・韭崎高校（山梨）・北越高校（新潟）・矢板中央高校（栃木）
明德義塾高校（高知）・明秀日立高校（茨城）・暁星国際高校（千葉）・上越高校（新潟）・千葉敬愛高校（千葉）・松本国際高校（長野）
鶴学園高校（石川）・サンフレッチェ広島ユース・アルビレックス新潟ユース等

【県内】

座間高校・向上高校・湘南工科大付属高校・藤沢清流高校・横浜南高校・横浜東高校・桐蔭学園高校・桐光学園高校・藤沢西高校・相洋高校
厚木北高校・逗葉高校・湘南高校・武相高校・二ノ宮高校・湘南台高校・平塚江南高校・平塚学園高校・東海大学付属相模高校・市立橘高校
横浜創英高校・湘南学院高校・弥栄高校・横浜商科大付属高校・三浦学苑・平塚江南高校・希望が丘高校・SC相模原ユース等



クラブ活動実績

- 2013年 卒業生 国民体育大会 山形県代表に選出
- 2015年 卒業生 インターハイ全国大会出場（羽黒高校）
- 2014年 U-13リーグ神奈川県TOPリーグ所属
- 2016年 日本クラブユースサッカー選手権(U-15)神奈川県大会 準優勝
- 2016年 日本クラブユースサッカー選手権(U-15)関東大会 出場
- 2017年 卒業生 国民体育大会 山梨県代表に選出
- 2018年 卒業生 全国高校サッカー選手権大会 全国ベスト8（日本航空高校）
- 2019年 卒業生 インターハイ全国大会出場 全国ベスト8（北越高校）
- 2019年 卒業生 F1リーグ（フットサルプロリーグ）ペスカドーラ町田に入団
- 2019年 卒業生 U-20フットサル日本代表に選出
- 2019年 卒業生 J2レノファ山口に入団



スタッフ

SUERTE FCでは、世界・日本で選手、指導者としてトップレベルを経験した充実のスタッフ陣が
選手たちのレベルアップを目指し、日々真剣に指導に当たっています。

監督 内田 優作

【選手歴】

- ・FC湘南辻堂
（バーモントカップ全国ベスト8）
- ・横浜FC泉ジュニアユース
（NIKEプレミアCUP全国大会出場）
- ・武相高校
（全国高校サッカー選手権大会出場）

コーチ 清水 俊

【選手歴】

- ・FC CEDAC
（U13ナショナルトレセン）
- ・湘南ベルマーレユース
（関東プリンスリーグ出場）
- ・山梨学院大学
（山梨県成年国体選抜）

チームアドバイザー 中村 貴大

サッカー大国スペインでU-9～U-16の
育成年代の第一監督・育成部長を
日本人ながら経験。
現在は、スペインのトレーニングメソッド
を普及する立場として活躍。
日本でも数少ない世界の育成年代を
知るコーチ。

コーチ 鈴木 康仁

S級ライセンスを保持。西川周作・小野伸二
稲本潤一・高原直泰・遠藤保仁・小笠原満男
を指導した実績を持ち、大津祐樹（現 横浜F・
マリノス）をスカウトした実績も持つ。

【選手歴】

元サッカー日本代表GK

【指導歴】

- ・清水エスパルスユース、ジュニアユース
- ・U-18日本代表・U-19日本代表
- ・セレッソ大阪・大分トリニータ
- ・柏レイソル・町田ゼルビア 等

コーチ 多嘉山 ルベン

年代別のペルー代表として数多くの
国際大会に出場。FC Jazz時代には、
元ブラジル代表のロナウジーニョと対戦した。
Club Alianza Limaでは、
W杯に出場したペルー代表選手を指導。

【選手歴】

- ・年代別ペルー代表
- ・FC Jazz（フィンランド）
（現・ヨーロッパCUPに出場）

【指導歴】

- ・Club Alianza Lima（ペルー）

フィジカルコーチ 五十嵐 智也

トレーニング分野最先端のドイツで育成年代
のフィジカル・コーディネーションの経験
を積んだ専属トレーナー。
また、プロの選手もトレーニングを行う、
ムーブメントトレーニングも指導。

【資格】

- ・厚生労働大臣認定医療国家資格
はり師/きゅう師/柔道整復師
- ・ドイツライプツィヒ大学公認
コーディネーショントレーナー
- ・ムーブメントファンダメンタルズ

費用

入会金：10,000円

年会費：10,000円

月会費：8,000円

管理費：月額3,000円（半年分をまとめて年二回払い）

その他：ユニフォーム・チームウェア・バッグパック等

遠征費：年に2～3回程度合宿に参加（1回の費用35,000円程度/2泊3日の場合）



ATHLETAとサプライヤー契約を行っている為、チームウェア等の費用軽減がされており、

ATHLETAシューズ、ウェアをSUERTEサプライヤー価格で購入可能となっています。

チームマイクロバスを使用し合宿、遠征に参加するため、大幅な交通費の軽減を可能としています。

また、県内の様々な場所での活動が増え、中学生から交通費が大人料金となるため、ご家庭の移動費の負担が多くなります。

そのため、公式戦、練習試合でもマイクロバスを利用し、移動費でも各ご家庭の負担軽減を行っています。

SUERTEの取組

①現役日本代表やJリーガーとの協力体制

日本のトップレベルの選手と交流することにより、トップレベルの選手を目指すために必要な事、夢を達成するために必要な気持ちなどを知り、選手にとって良い刺激を受けることができると考えています。そのため、SUERTE FCでは、現役の日本代表やJリーガーからのアドバイスや指導を受けることができる体制を整え、選手の目標達成のサポートを行っています。

2020年に交流、

アドバイスをもらった選手達

・天野 純（横浜F・マリノス）

・石原 広教（湘南ベルマーレ）

・菊池 大介（アビスパ福岡）



②専属フィジカルコーチによる指導

「フィジカルトレーニング＝走る」だけというイメージがありませんか？

確かに、中学生年代は一生のうちで心肺機能（体力）が一番伸びる時期の為、心肺機能を育てる必要があります。

SUERTE FCでは、ただ走るだけではなく、専属のフィジカルコーチが定期的にフィジカルチェックを行い、

一人一人の選手に合わせたフィジカルプログラムを用意してトレーニングを行います。

また、中学生年代は自重を使った、体幹トレーニングやチューブトレーニング等、重りを使用せずにトレーニングを行うことで、より効果を生み出すことができるため、怪我をしない効率の良いトレーニングを行っています。



③夢を夢で終わらせないサッカーライフのサポート

2021年度より、選手の夢を応援するサッカーライフのサポートを行います。

近年は、海外でプレーをすることが以前よりも身近なものになっています。

若くして、海を渡り海外でプレーする選手も増えています。

そのため、SUERTE FCでは、海外でプレー、指導したスタッフ陣が海外との強いパイプを活かし、短期の留学などを希望する選手を対象にサポートを行います。

～SUERTEからのメッセージ～

SUERTE FCでは、常に100%でプレーし、選手間で競争しながらトレーニングに励んでいます。

また、一つのことを夢に向かって努力することは、今後の人生において、とても大切なことです。

同じ夢を目指す仲間達と、真剣に夢に向かって中学3年間を過ごしませんか？

本気でトップレベルを目指したい！向上心のある選手をお待ちしています！