

リブランディング
トレーニング



【ご共有】PROUDERSリブランディングトレーニング 概要資料

2025.4.22

リブランディング

自分を誇りに想うことで価値(個性)に気づき、 $1 \rightarrow \infty$ の魅力を引き出すトレーニング

スポーツ選手・アーティストの現役から引退後を一気通貫プロデュース

【Before】

— 選手 —

現役

強み？
個性？
分からない

サッカー

人生

【After】

— アーティスト（表現者） —

引退

価値ある
自分を誇り
に想う

人生

サッカー

Point

- ⇒ 身体と心の健康向上に繋がる居場所、安心して仲間とサッカーできる機会提供
- ⇒ 世代を超えた繋がり、心の触れ合いを通しての地域活性化

4大要素

リブランディングトレーニングは、サッカーに欠かせない4大要素から成り立つ

リブランディング

① プラウドマインド

- 自分を誇りに思い、サッカーの楽しさと仲間をリスペクトすることで人としての成長と学びへと繋がる

② アジリティ

- 方向転換、反応速度、ステップワーク、バランスとコントロール、攻守の切り替え、怪我の予防等、選手に重要な要素

③ ルーティーン

- サッカーのアクションに欠かせない認知→判断→実行をルーティン(習慣)。ボールや選手、ゴールの位置など認知し、選択肢の中から判断し行動を実行

④ アーティスト

- グラウンドで自己を表現する力を身につける
- 独自のプレイスタイルを確立することで最大限に力を発揮し、チームに貢献するだけでなく、自己の成長にも繋がる

4大要素①プラウドマインド

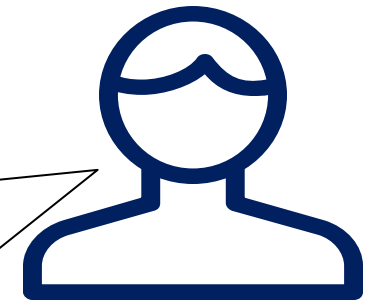
自分自身の学びと成長を大切にするために、コミュニケーションを重視

PROUD

- ✓ 一生懸命取り組んでいることに自信と誇りを持つ
- ✓ 仲間をリスペクトする心を持つ

リブランディング

自分を最高に誇りに想う



プラウドマインド

Point

- ⇒ モチベーションの向上
- ⇒ トレーニングに自発的に取り組むことができる

4大要素②アジリティ

敏捷さや反応速度、バランス、身体のコントロールを含んだ動き

イメージ



チューブトレーニング



ラダートレーニング



ステップワーク

➤ チューブトレーニング

- チューブを使い自重負荷で筋力とパワーを爆発的な力で瞬時に出すトレーニング

➤ ラダートレーニング

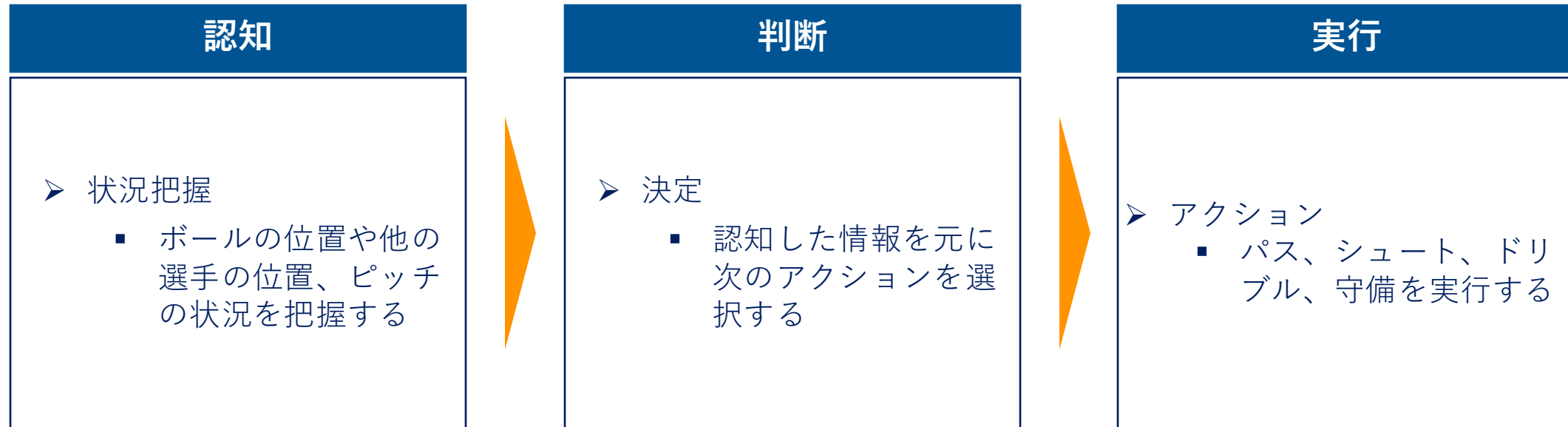
- 足を交互に使って素早く移動するトレーニング

➤ ステップワーク

- 素早く方向転換やスプリントを行うための技術や反応速度を高めるトレーニング

4大要素③ルーティーン

選手は、認知→判断→実行の能力を習慣化する



Point

⇒ プロレベルでのサッカーは、認知→判断→実行、全てが高速で行われ、選手の技術や戦術理解が結果に影響を与える

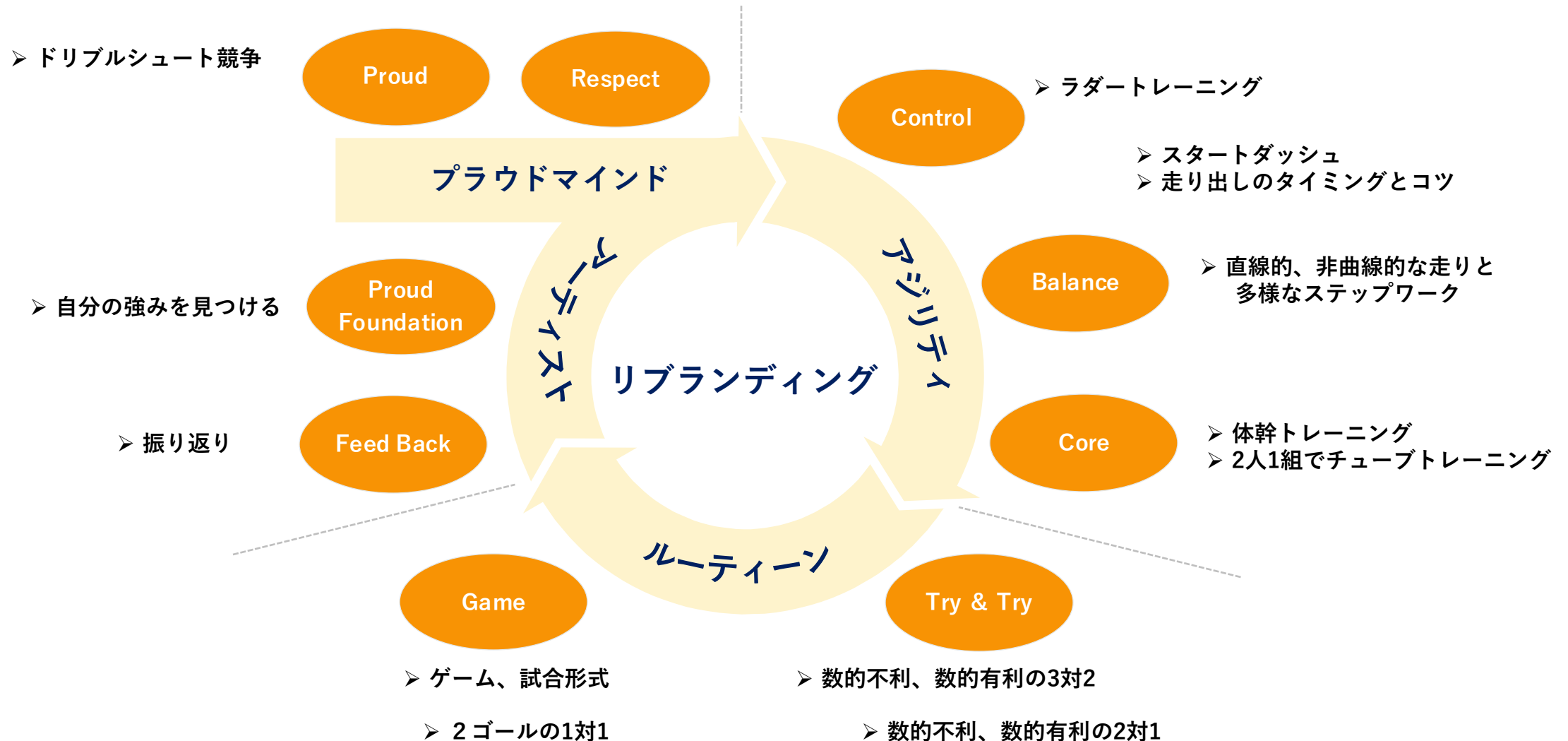
4大要素④アーティスト

一人の表現者として、サッカーを通して何を届けたいのか個性（自分らしさ）の壁打ちを行い自分を最大効率化する方法のFeed Backを受ける



グラウンドは舞台、選手はアーティスト、自分をどう魅せたいですか？

例)120分トレーニングメニュー ※対象年齢：中高生 13歳～18歳



年代別トレーニングカリキュラム方針

年代別の体力や技術の発達に特化したトレーニングを行う

	小学生 6歳から10歳	中学生 11歳から14歳	高校生 15歳から18歳	大学生以上 18歳以上
1 プラウド マインド	チームメイトや対戦相手に対するリスペクト	プレーする喜びを感じリスペクトの継続	真剣さ、向上心、プレーする喜び	ピッチ内外でのプロフェッショナル精神
2 アジリティ	多様な走り、ステップや動きの習得	敏捷性、ボディーバランスの強化	- クイックネスアジリティ - フィジカルトレーニングの強化	- ポジションに特化したテクニック - フィジカルトレーニングの強化
3 ルーティーン	ミニゲームや遊び形式でサッカーを学ぶ(パス、ドリブル、走る等)	状況把握(見る、考える、選択)	- 正しく素早い判断 - 素早い攻守の切り替え	- ポジションの役割 - 目的達成のための素早い判断
4 アーティスト	- アイディア - 創造性	- 個の強化 - 自立心や積極性	- 自分の強みを見つける - 独自のプレイスタイルを確立	- 個性やキャラクターを出す - パフォーマンスに対する個々の自主性

【指導者】 Kaho Oshima - オーストラリア元女子プロサッカー選手



■ Story

"I'm proud of myself."

2023年10月オーストラリアNPLWリーグ優勝。自分を最高に誇らしく想えた瞬間だった。

PROUDERSは、卒業があるサッカースクールではありません。

ただサッカーを支援する留学エージェントでもありません。

PROUDERSは、最高に誇りに想えるストーリーをプロデュースするブランディングファームです。

サッカーをしていた自分も、サッカーをしていない自分も、どの瞬間の自分も誇りに想ってほしい。

サッカーを辞めた日からではなく、サッカーを始めた日からずっと。

■ Achievement

- | | |
|----|---|
| 小学 | モノリスフットボールクラブ所属 |
| | - 愛知県選抜選出U-12全日本女子サッカー選手権大会出場 |
| 中学 | 名古屋FCレディースユース所属（現ラブリッジ名古屋） |
| | - U-15 全日本女子サッカー選手権大会出場 |
| | - U-15女子ナショナルトレセン選出 |
| 高校 | 名古屋FCレディーストップ所属 |
| | - 東海リーグ優勝 |
| | - 愛知県国体メンバーに選出し国民スポーツ大会出場 |
| 大学 | 大阪体育大学サッカー部所属 |
| | - 関西リーグ優勝 |
| | - 全日本大学選手権4年連続出場、最高成績インカレベスト4 |
| | - 愛知県国体メンバー選出、国民スポーツ大会出場ベスト4 |
| 海外 | プロ選手契約 |
| | - ヨーロッパ1部リーグLokomotiva Brno 入団 |
| | - オーストラリアNPLWリーグEastern Suburbs 優勝 |

■ Certification

- 中学教諭一種免許(保健体育)取得
- 高校教諭一種免許(保健体育)取得

お問い合わせ先

PROUDERS合同会社

customer@proudersinc.com

リブランディングトレーニング導入のご連絡お待ちしております！

メディア掲載一覧

全国唯一のブロック経済紙 愛知・岐阜・三重・静岡の経済情報

中部経済新聞

2025年3月14日の記事

元プロ女子サッカー選手が起業 海外短期留学を支援 自己プロデュース力養成へ

◇ 尾張 ニュース

「スポーツ選手が自分を最高だと思えるストーリーをプロデュースしたい」。国内外で女子サッカーのプロ...

残り843文字／全文893文字

記事をもっと読むには...

参照：[中部経済新聞電子版：中経オンラインサイト](#)

記事抜粋



大島CEO(右)と内田COO

日刊スポーツ

Yahoo!
JAPAN転載

「人生の中にサッカーがある」元女子選手と幼なじみの挑戦
たどり着きたい100年後の未来とは

[2025年3月28日6時0分]



女子サッカー選手としてコノミヤ・スペランツァ大阪高槻（現スペランツァ大阪）やオーストラリアなどで活躍した大島香歩さん（34）が「悩んでいる人、大歓迎」の新事業を始めた。23年にオーストラリアのNPLWリーグ優勝を飾って現役引退。25年3月に地元愛知の幼なじみで、総合プロデュース事業会社出身の内田光侶（ぴろ）さんと2人で「PROUDERS合同会社」を立ち上げた。

参照：[日刊スポーツオンラインサイト](#)

ー 最高に誇りに想えるストーリーをPROUDERSで ー