

京都学園高等学校 サッカー部 諸費用について

2019

契約メーカーは **MIZUNO** です。**SOCCER SHOP KAMO** の全面協力により、商品の一部はカスタムオーダーですが、店頭価格よりも低価格で購入が可能です。

下記の用具費は、本年度の実績価格であり、年度により若干の誤差があります。

また、商品は必要最小限の物だけを購入して頂くことをご案内しておりますので、中学生時代に使用している用具は高校でも最後までご使用ください。

契約メーカー		取扱店舗（京都店）	
--------	---	-----------	---

1. 用具費：1年生時のみ（2年生以降は追加発注）

	Position	必須商品（税8%込）	任意商品（税8%込）	合計金額（税8%込）
春購入 （4月）	FP	87,534 円～105,246 円	24,192 円	87,534 円～129,438 円
	GK	89,910 円	43,416 円	89,910 円～133,326 円

※FP…Field Player GK…Goalkeeper

	Position	必須商品（税8%込）	備考
秋購入 （9月）	共通	ライトウオーマー	14,364 円 上(7,992 円)下(6,372 円)
		長袖プラクティスシャツ	5,832 円 @2,916 円× FP:2色（GK別2色）

※任意商品ご購入の場合は、個人によって合計金額が異なります。

※見本と詳細は、別紙の用具一覧をご覧ください。

※秋購入分は、9月～10月頃に改めて申込書を配布致します。

※入部手続きが完了次第（4月中旬）、申込書を配布します。商品全納は6月初旬頃。

※部活動推薦生は、3月初旬の説明会に申込みを行います。商品全納は5月中頃。

※こちらから斡旋している商品については、年間随時受付を致します。

※その他、新商品等のご案内は随時選手を通して致します。（任意購入）

2. 部費：3年間（引退まで）※部費袋にて毎月徴収させていただきます。

	月額	年間	主な費用項目
部費	1,500 円	18,000 円	1.メディカル費（テーピング・スプレー・薬品類） 2.選手登録費
栄養費	3,000 円	36,000 円	1.リカバリープロテイン代 ※1日100円とお考えください。
合計	4,500 円	54,000 円	※一括のお支払は受け付けておりません。

平成 21 年度より、サッカー部選手全員を対象とした、リカバリーアッププロテインの導入を実施致しております。導入の最大の目的は、「①選手の肉體強化、②競技レベルの向上、③障害予防」であります。高校サッカーにおいて、フィジカル面強化は、技術面より、先に身に付ける必要性が将来に繋がるものであると考えているからです。また、これが、未熟であれば、故障や怪我によって練習や試合に支障をきたすと共に、技術があってもフィジカルが弱ければ勝つことはできません。また、導入するリカバリーアッププロテインとは、昔からあるプロテインのイメージを一切なくして考えて頂ければと思います。品名の通り、運動直後に飲むもので、運動で消費されたエネルギーの補給、酷使された体の修復に役立つ糖質とたんぱく質を摂取するものです。

入学後の説明会でも詳細はご案内させていただきますが、簡単にご説明しますと、筋力トレーニングや激しい練習を行うと、当然ですが体が激しく消耗します。人間の体は賢いもので、ダメージを受けた部分を前よりパワーアップした状態に修理・補強しようとするので、そのタイミングで栄養を補給することがトレーニング効果を引き出すためにとても重要であります。(この反応を「超回復」と呼びます)仮に体が修理をはじめようとした時に体の中に栄養が行き渡っていない場合、十分な作業が出来ません。壊れた家を修理しようと大工さんが集まっているのに木材が無い・・・というような状態になってしまうわけです。傷ついた筋肉や組織を修復するためのホルモンは運動後 1 時間程度で分泌されはじめるので、このタイミングで吸収されるようにプロテインを補給することが、導入目的で述べさせて頂いた達成のカギとなるわけです。

よって、従来からある高脂肪のプロテインを摂取して、太らせてから筋肉をつけるというのではなく、酷使された筋肉の修復・回復を早め、新しいより強靱な筋肉を身につけ、パフォーマンス能力を最大に引き上げるのもであるご理解頂ければと思います。

参 考 : 商品名 : ウイダーリカバリーパワープロテイン <http://www.weider-jp.com/index.html> ※ウイダーの公式サイトにも内容が記載されております。

3. 遠征費 : 3 年間 ※2018 年度実績はお問い合わせください。

※各遠征は、全員参加ではありません。メンバーを選抜して実施します。

※年度によって追加で遠征・合宿がある場合は上記以外に必要となります。

4. 運営協力金 : 3 年間 (24,000 円)

	費用	内訳	備考
前期 (4 月～9 月)	12,000 円	トレーナー費・用具費・行事費等	5 月末まで
後期 (10 月～3 月)	12,000 円	トレーナー費・用具費・行事費等	9 月末まで

5. 傷害保険料 : 3 年間 (任意)

●1 年間 (5/1～) 4,500 円 (3 年間 : 13,500 円)

※個人で加入されている場合は、必要ありません。

※4 月の保護者会で説明会を行い、費用は、4 月末頃に徴収させていただきます。

6. その他 : 追加用具、交通費、スパイク、シューズなど個人によって費用が必要です。

※スパイク等のシューズ類は、選手の足に合ったものを個人でご購入ください。

※MIZUNO でなければいけないというルールもありません。

よって、当部においても、シューズ類の斡旋は請け負っておりません。

※日頃の練習においても、練習着等の指定はありません。

※父母の会などの役員制度はありません。

以 上