

# シュワーボ東京ルール

ver 2.1.3

作成 レオザ学園運営

作成日 2023年2月1日

## 目次

### 1. はじめに

#### 1.1 概要

#### 1.2 目的

#### 1.3 シュワーボ東京について

### 2. 活動について

#### 2.1 活動分類

#### 2.2 活動予定

#### 2.3 活動参加者

#### 2.4 活動参加費

#### 2.5 出欠登録

#### 2.6 定員

#### 2.7 欠席・遅刻・早退の連絡

#### 2.8 運営・見学・応援について

### 3. シュワーボ東京の選手として行うこと

#### 3.1 蹴球学・ミーティング

#### 3.2 監督指定の映像

#### 3.3 原則集

#### 3.4 出欠登録

#### 3.5 欠席・遅刻・早退連絡

#### 3.6 トレーニング管理

#### 3.7 活動参加回数

#### 3.8 その他

### 4. ペナルティ規定

#### 4.1 ペナルティ加算方法

#### 4.2 ペナルティ消化方法

#### 4.3 ペナルティ累積について

#### 4.4 その他付帯事項

### 5. 入団について

### 5.1 入団プロセス

### 5.2 入団に伴う手続き

### 5.3 体験入団

### 5.4 練習見学

## 6. その他

### 6.1 休止について

### 6.2 復帰について

### 6.3 都リーグについて

## 1. はじめに

### 1.1 概要

「シュワーボ東京ルール」(以下、本ルール)は、シュワーボ東京の運用上のルール、選手として守るべき事項並びにシュワーボ東京に関わる諸事項を定める。

### 1.2 目的

本ルールを施行する目的は、チームの秩序を保ち、選手一人一人が当たり前のことを当たり前にすることで、チームの強化と勝利につなげることである。

### 1.3 シュワーボ東京について

シュワーボ東京は、レオザ学園が有するサッカーチームであり、名久井麗雄が監督を務める。現在<sup>1</sup>、東京都社会人サッカー連盟都リーグ4部に所属している。

## 2. 活動について

### 2.1 活動分類

活動は、主に以下の3つに区分される。

- 全体練習
- トレーニングマッチ
- 公式戦

全体練習では、基礎練習、戦術的練習及び紅白戦等を行う。トレーニングマッチでは、他チームとの試合を行う。公式戦は、都リーグや杉並区リーグ、カナリアリーグ等が該当する。

---

<sup>1</sup> 2023年1月時点。

## 2.2 活動予定

活動は、基本的に以下の予定で行われる。

- 水曜日：全体練習/19:00-21:00/天王洲付近の人工芝グラウンドor江東区フットサル場
- 金曜日：全体練習/19:00-21:00/天王洲付近の人工芝グラウンドor江東区フットサル場
- 土曜日：全体練習ortレーニングマッチor公式戦
- 日曜日：全体練習ortレーニングマッチor公式戦

なお、各日程の具体的な予定は、都度「#11\_出欠」を通して運営から告知がある。

## 2.3 活動参加者

活動に参加できるのは、シュワーボ東京の選手(入団希望者<sup>2</sup>・体験入団含む)のみである。なお、運営での参加や見学、応援での来場はシュワーボ東京の選手(入団希望者含む)並びに学園生全員が可能である(2.10参照)。

## 2.4 活動参加費

参加費は、無料である。

## 2.5 出欠登録

活動への出欠登録は、サークルスクエア(<https://www.c-sqr.net/>)で行う。出欠登録方法は以下の手順で行う。

1. 「スケジュール」より該当日程を選択する。
2. 「出欠」より「参加」「不参加」「未定/その他」「キャンセル待ち」のいずれかを選択する。
3. 遅刻・早退等、注記することがあれば「出欠メモ」に書き込む。

出欠登録は、原則として活動日の2週間前までに行わなければならない。なお、出欠登録をした後に  
出欠を変更することは可能である。変更方法は以下の通りである。

- (活動日前日までの場合)サークルスクエアで出欠を変更する。
- (活動日当日の場合)サークルスクエア上で出欠を変更した上で、「#05\_遅刻欠席連絡専用」にその旨を書き込む。

但し、活動日程が2週間を切って追加された場合には、原則として活動日の3日前までに  
出欠登録を行う。

また、出欠が「未定」の場合、「出欠メモ」にいつ参加可否が判明するかを記入すること(例:「○月○日に分かる」「○日前に出欠変更する」)。

---

<sup>2</sup>レオザ学園に「シュワーボ東京」プランで加入し、かつ、運営に入団意思を表明している選手に限る。

## 2.6 定員

各活動日程には定員が設けられている。定員オーバーの場合には、①全体練習会の場合活動日1週間前を目処に、②トレーニングマッチの場合活動日3日前を目処に、それぞれ参加できる選手及びキャンセル待ちとなる選手を監督が決定しGMが連絡する。なお、定員数は、会場や体験入団者数等によって都度変動する。また、都リーグに関しては、6.3を参照のこと。

### [トレーニングマッチ定員]

トレーニングマッチでの定員は、FPは16名、GKは2名とし、活動日3日前を目処に、参加できる選手及びキャンセル待ちとなる選手を監督が決定しGMが連絡する。

## 2.7 欠席・遅刻・早退の連絡

欠席や遅刻、早退に関しては判明し次第速やかに連絡しなければならない。報告の方法は以下の通りである。

### [欠席連絡]

- (活動日前日までの場合)サークルスクエアで出欠を変更する。
- (活動日当日の場合)サークルスクエア上で出欠を変更した上で、「#05\_遅刻欠席連絡専用」にその旨を書き込む。

### [遅刻・早退連絡]

- (活動日前日までの場合)サークルスクエアで「出欠メモ」に書き込む。
- (活動日当日の場合)集合時間前までに「#05\_遅刻欠席連絡専用」にその旨を書き込む。

## 2.8 運営・見学・応援について

レオザ学園に所属する人は誰でも、シュワーボ東京の活動に運営・見学・応援で参加することができる。参加する場合、「#40\_サポーター」にその旨を書き込む。

## 3. シュワーボ東京の選手として行うこと

### 3.1 蹴球学・ミーティング

蹴球学及びミーティングへの参加、またはアーカイブ視聴をする。アーカイブ視聴は公開されてから「1週間」と「直近で練習及び試合に参加する日までの日数」のうち、短い方の期間内に行う。

### 3.2 監督指定の映像

監督が視聴するように定めた映像を、練習及び試合に参加するまでに視聴する。

### 3.3 原則集

シュワーボ東京原則集を、更新される度に、練習及び試合に参加するまでに閲覧する。

### 3.4 出欠登録

2.5を参照のこと。

### 3.5 欠席・遅刻・早退連絡

2.7を参照のこと。

### 3.6 トレーニング管理

スマホアプリ「Build」を用い、自主トレーニングを行い、管理し、報告する。

報告する項目は以下の3つである。

1. 週ゴール設定(毎週月曜日)...週ごとに週目標を記入する
2. チェックイン(毎日)...することの内容を記入する
3. チェックアウト(毎日)...したことの振り返りを記入する

### 3.7 活動参加回数

週に2回は、全体練習、トレーニングマッチまたは公式戦に参加する。また、参加できない日程に関しては、できる限り欠席理由をサークルスクエアの「出欠メモ」に書き込む。なお、欠席理由が明記されていれば、基本的に参加回数は問われない。

### 3.8 その他

広報活動、活動後の片付け、7m三脚撮影、試合時の審判などに協力する。

## 4. ペナルティ規定

「3. シュワーボ東京の選手として行うこと」に関して、以下のペナルティ規定を定める。

### 4.1 ペナルティ加算方法

- 3.1を怠った場合、ペナルティが1加算される。
- 3.2を怠った場合、ペナルティが1加算される。
- 3.3を怠った場合、ペナルティが1加算される。
- 3.4を怠った場合、ペナルティが1加算される。
- 3.6に関して、以下の通りである。

1. 週に5回は、「2. チェックイン」と「3. チェックアウト」をセットで行う。週5回に達しなかった場合、ペナルティは以下の通り。
  - 週4回の場合...ペナルティが1加算される。
  - 週3回の場合...ペナルティが2加算される。
  - 週2回の場合...ペナルティが3加算される。
  - 週1回の場合...ペナルティが4加算される。
  - 週0回の場合...ペナルティが5加算される。
2. 「1. 週ゴール設定」は、ペナルティの対象外とする。
  - 3.5を怠り、無断欠席・無断遅刻・無断早退となった場合、ペナルティが3加算される。特に、無断遅刻に関しては、その日の活動には参加できない。
  - 3.7を怠っても、ペナルティは基本的に加算されない。また、「未定」の場合の出席可否が判明する日付の記入に関してはペナルティ対象外とする。
  - 3.8を怠っても、ペナルティは基本的に加算されない。

## 4.2 ペナルティ消化方法

- ペナルティは、活動で使用したビブス洗いを行うことで、1消化できる。
- ペナルティは、平日の全体練習でボールバック・マーカーセットを持ち帰り、次の全体練習で持参することで、1消化できる。
- ペナルティは、活動に選手としてではなく運営として参加することで、2消化できる(但し、フットサルコートでの活動を除く)。

## 4.3 ペナルティ累積について

- ペナルティは、累積5回で、試合出場停止となり、全累積を消化し次第復帰できる。
- ペナルティは、累積10回で、退団となる。

## 4.4 その他付帯事項

- 3.1、3.2及び3.3に関して、視聴・閲覧するまで試合に出場できない。また、視聴動画で解説されていた現象について、聞かれて答えられない場合も同様である。
- 3.8に関して、協力しない場合は、退団となる。
- 「休止」期間中の場合、基本的にペナルティ規定は適用されない(「休止」に関しては、6.1を参照)。

## 5. 入団について

### 5.1 入団プロセス

入団までのプロセスは、以下の通りである。

1. 体験入団に参加し、合格する。
2. 全体練習または練習試合に6回参加する。
3. 6回の活動参加の中で、名久井麗雄が総合的な判断(技術・フィジカル・人間性の面などの観点からの判断)をし、入団を決定する。

[補足]

- 入団プロセス3において、名久井麗雄の総合的な判断により、入団が認められないことがある。
- 入団決定には6回の全体練習または練習試合への参加が必須となる。
- 入団不可の判断は、6回以内の全体練習または練習試合への参加においてなされる。

## 5.2 入団に伴う手続き

入団に際しては、以下の手続きを行う必要があり、支払いが発生するものもある。なお、個別の手続きに関しては、運営から連絡がなされる。

- ユニフォーム購入
- トレーニングマッチ用練習着購入
- 選手用スポーツ保険加入
- チーム登録
- 選手登録

また、上記以外にもトレーニング報告や活動出欠登録など選手としてすべき事項があり、レオザ学園slackなどを確認のこと。

## 5.3 体験入団

シュワーボ東京では、常時新加入選手を募集している。体験入団としてシュワーボ東京の練習に参加する場合は、シュワーボ東京体験入団ページ(<https://www.fcsvabo.com/public-participation>)を参照のこと。

## 5.4 練習見学

シュワーボ東京では、常時練習見学者を募集している。練習を見学する場合は、シュワーボ東京体験入団ページ(<https://www.fcsvabo.com/public-participation>)を参照のこと。

## 6. その他

### 6.1 休止について

学校や病気、仕事などの理由で、一定期間活動に参加できない場合は、「休止」の申し出をすることができる。「休止」する場合、GMの笠原に連絡すること。

## 6.2 復帰について

「休止」から復帰する場合、全体練習またはトレーニングマッチに6回参加した後に、名久井麗雄が総合的な判断(技術・フィジカル・人間性の面などの観点からの判断)をし、復帰を正式に決定する。

## 6.3 都リーグについて

都リーグに試合は、東京都社会人サッカー連盟4部リーグ公式ホームページ(<https://www.tsl4.com/roundInfo>)より随時公表され、「#10\_シュワーボ東京」を通じて告知される。なお、試合のベンチ入りメンバーは18人であり、そのメンバーは試合前日に発表される。また、都リーグの参加費は、無料であり、ベンチ入りメンバー以外で当日来場する人は、参加費はかからない。