ดีคอลเจนจับมือมูลนิธิซิโก้ เสริมพลัง สานฝัน เยาวชนนักเตะไทยที่ชลบุรี

FAILED%20(Temporary%20file%20could%20not%20be%20copied.)

บริษัท ดีคอลเจน จำกัด นำโดย มร. เร็ท เฮเมเดส ผู้อำนวยการฝ่ายการตลาด และคุณเจริญ วงศ์อริยะกวี ผู้อำนวยการฝ่ายขายแผนกร้านยา ร่วมกับมูลนิธิซิโก้ จัดฟุตบอลแคมป์ “3 พลังสานฝันกับซิโก้” ปีสอง ติวเข้มทักษะฟุตบอลและการดูแลสุขภาพให้เยาวชนในชลบุรีเพื่อพัฒนาศักยภาพสู่การก้าวเป็นนักฟุตบอลมืออาชีพในอนาคต ณ สนามชลบุรี สเตเดี้ยม

เกียรติศักดิ์ เสนาเมือง ประธานมูลนิธิซิโก้ กล่าวว่า “หลังจากความสำเร็จของฟุตบอลแคมป์ “3 พลังสานฝันกับซิโก้” ซึ่งดีคอลเจนร่วมมือกับมูลนิธิซิโก้ริเริ่มขึ้นเมื่อปีที่แล้ว ปีนี้เราจึงจัดกิจกรรมนี้ขึ้นอีกในเป็นปีที่สองเพราะเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์กับเยาวชนที่มีใจรักการเล่นฟุตบอล โดยปีนี้จัดที่จังหวัดชลบุรี ด้วยความตั้งใจที่จะมีส่วนร่วมส่งเสริมให้น้อง ๆ นักเตะได้พัฒนาตัวเองไปสู่จุดมุ่งหมายในการเป็นนักฟุตบอลมืออาชีพอย่างที่ใฝ่ฝัน”

โดยฟุตบอลแคมป์ในปีนี้ได้ ก้อง เกริกฤทธิ์ ทวีกาญจน์ นักฟุตบอลทีมชาติไทย สังกัดทีมชลบุรีเอฟซี มาร่วมเป็นโค้ชฝึกสอน โดยก้องกล่าวว่า “รู้สึกดีใจที่ได้เป็นส่วนร่วมในการสร้างแรงบันดาลใจให้เด็กไทยที่มีความฝันอยากเป็นนักฟุตบอลได้มีโอกาสฝึกทักษะพื้นฐาน ปรับปรุง และพัฒนาแนวทางการเล่นกับโค้ชและนักฟุตบอลทีมชาติ อีกทั้งยังรู้จักวิธีที่จะดูแลสุขภาพตัวเองให้สมบูรณ์จากบริษัท ดีคอลเจน จำกัดด้วย จะได้ไม่เป็นหวัดเป็นไข้ สามารถลงสนามได้อย่างมั่นใจอีกด้วย”

เกริกฤทธิ์เป็นนักฟุตบอลที่เป็นคนถนัดซ้าย เล่นได้ทั้งตำแหน่งกองหน้า กองกลาง ตัวรุกที่คอยสร้างสรรค์เกมส์ให้เพื่อน ๆ และตำแหน่งปีกซ้ายจอมเลื้อย โดยมีจุดเด่นที่ความเร็วและความคล่องแคล่วที่มาพร้อมกับลีลาการกระชากลากเลื้อยที่โดดเด่น มีทักษะการเปิดบอลและการยิงอันยอดเยี่ยม ทำเอาตัวรับฝ่ายตรงข้ามต้องผวาไปตาม ๆ กัน

ฟุตบอลแคมป์ “3 พลังสานฝันกับซิโก้” ปีสอง จะคัดเลือกเยาวชนนักเตะดาวรุ่งในชลบุรี อายุระหว่าง 13-17 ปี จำนวน 100 คน มาร่วมกิจกรรมที่เราจะเติมพลังความพร้อมให้ทั้ง 3 ด้าน ประกอบด้วย

1. พลังแห่งทักษะการเล่นฟุตบอล – เน้นสอนทักษะ 4 ประการซึ่งเป็นหัวใจของกีฬาฟุตบอล คือ การเลี้ยงบอล การส่งบอล การโหม่งบอล และการยิงประตู

2. พลังแห่งการฝึกซ้อม – เน้นเรื่อง “บอดี้เวท เทรนนิ่ง” ซึ่งเป็นการฝึกซ้อมเพื่อให้เกิดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อทุกส่วนที่เกี่ยวกับการเล่นฟุตบอลโดยอาศัยน้ำหนักตัวของผู้ฝึกซ้อม หรือน้ำหนักจากอุปกรณ์ เช่น ดัมเบล มาเป็นแรงต้านการทำงานของกล้ามเนื้อส่วนที่ต้องการ ซึ่งนอกจากจะทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง และเคลื่อนตัวได้รวดเร็วฉับไวแล้ว ยังทำให้มีความอดทนและบึกบึนมากขึ้น สามารถเล่นอย่างต่อเนื่องได้นานขึ้น ส่งผลอย่างมากต่อการยิงประตูช่วงท้ายเกมส์ โดยจากสถิติพบว่าการยิงประตูฝ่ายตรงข้ามได้นั้น ส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในช่วง 15 นาทีสุดท้าย

เพราะความฟิต หรือความแข็งแรงของทีมที่อ่อนแอกว่าจะแสดงออกให้เห็นในท้าย ๆ เกมส์ ผู้ที่แข็งแรงกว่าจึงทำการบุกและยิงประตูได้ง่ายขึ้นในช่วงเวลาดังกล่าว

3. พลังแห่งสุขภาพ – ช่วงนี้เป็นฤดูฝน ความพร้อมด้านสุขภาพเป็นเรื่องสำคัญมาก ต้องระวังไม่ให้เจ็บไข้ หรือเป็นหวัดด้วยการมีวินัยในการดูแลสุขภาพ พักผ่อนให้เพียงพอ อย่านอนดึก หากพบว่าเริ่มมีอาการหวัดต้องหยุดพัก พักผ่อนหรือรับประทานยาให้หายก่อน แล้วค่อยออกมาซ้อมกลางแจ้ง หรือลงแข่งขัน กรณีที่ต้องพักฟื้นอยู่ที่บ้านสามารถนำเทคนิคต่างๆ ของบอดี้เวท เทรนนิ่ง มาทำการบริหารร่างกายไปด้วยได้ เพื่อคงความแข็งแรงและยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อเอาไว้ เมื่อหายป่วยจะได้กลับมามีสมรรถภาพเต็มร้อยได้โดยเร็ว

ติดตามบรรยากาศการฝึกซ้อม “3 พลังสานฝันกับซิโก้” สนับสนุนโดยบริษัท ดีคอลเจน จำกัด ได้ทีเฟสบุ๊ค get good lifeชีวิต ดี ดี