

シティ・ボーイズ ストッキングのはき方 講座

そのまえに……

豆知識

- 昔は、今の練習着と同じ無地 シロのユニフォームしかなく、簡単に自分のチームがわかるように、ストッキングで色分けしたみたいです。さらに、ソックスに色づけしていたんだけど、汗とか汚れとかで、色がにじみだし、見るもムザンに汚らしくなってしまう、今みたいに二重履きとする、ストッキング形状になった様です。

役割って……？

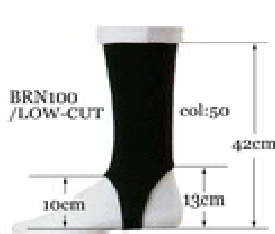
- ストッキングの役割は、スパイクシューズをはいて練習すると足のくるぶしを蹴ってしまうことがあります。くるぶしキックはとても痛く、にじんだ血が、見た目にも痛さ倍増。そのケガを防止する為とコーチに教わりました。

準備する用具でも紹介しましたが、

チームカラーは **ネイビー** のみ その他の色は、かっこいいから 赤。かわいいから ピンク など、絶対ダメです。

ストッキングのカットは3種類程度あります。

チームには決まった形はありませんので、あとはお好みです。



ローカット



レギュラー



ハイカット

しっかり覚えよう !!

真っ白なソックスを膝上まで伸ばしてはきます。



ストッキングの前と後ろを確認し、ソックスの上から二重はきます。



両足のカット高さをしっかり確認しよう。

ユニフォームを裏返しにして、
ゴムの裾部分をヒザ小僧の下まで引上げ
る様にします。



…ストッキングはカットの低い方が 前
カットの高い方が 後ろ になります。



ユニフォーム上から、ストッキング止め
で、ずれないように締め付けると完璧。
締め付けは注意下さい。



ストッキング止めに被せる様に、
ストッキング、ソックスの順番に
被せて折り下げます。



ストッキング止めは絶対必要
ではありません。
ずれ防止には最良です。

左右の足を同じ様にしたら、ユニフォーム
パンツをはき上げ、膝部分を整えて出来上がり。

