



# FOOTBALL PROJECTS

XFはフットボールを通じ、人、社会、地域への貢献事業をプロジェクト化。SDGsへの取り組みを継続しながら、フットボール文化活動への支援、子どもたちへのメディカルサポートなどを行っています。



>>> <https://thexf.net/projects/>

FOOTBALL CULTURE

## × MEDICAL

幼児から大人になるまでのスポーツをする身体に必要な、知って得する基礎知識をご提供します。

“心胃体”の健康を食とスポーツでサポート

### 食育プロジェクト

スポーツ活動を通して食の関わりや重要性に気づき、取り組みの中で知識や技術を習得しながら、スポーツパフォーマンスの向上、さらには生涯の健康につながるような「食に対して自立」した選手になってもらえるよう働きかけるプロジェクトです。



詳しくはこちら▲



スポーツ栄養セミナー



アスリート検診



休育セミナー



休育オンラインセミナー

休み方を知れば結果が変わる

### 休育プロジェクト

パフォーマンス維持と向上には休み方も大切です。医学的根拠に基づいた休養に関する知識を普及していくプロジェクトです。



詳しくはこちら▲

足が変わればプレーも変わる

### 足育プロジェクト

ケガ予防、健康寿命の増進を目指す中で“足元(足、足の形、足の動き)”の重要性に着目し、足裏から体と心の健康を整えるという考え方を普及させるプロジェクトです。



詳しくはこちら▲



足の学習室



足の測定会