

2020選手-47-4パンク ◆
2020選手-47-4パンク ◆
GO WEST ◆
2020選手-47-4パンク ◆
2020選手-47-4パンク ◆

MF 10 森島 司 (26)
MF 14 エゼキエウ (25)
MF 17 松本 泰志 (25)
MF 18 柏 好文 (36)
MF 24 東 俊希 (23)
MF 25 茶島 雄介 (32)
MF 30 柴崎 晃誠 (39)
MF 32 越道 草太 (19)
FW 9 ドウグラス ヴィエイラ (36)
FW 11 満田 誠 (24)
FW 13 ナッシュム ベン カリファ (31)
FW 20 ピエロス ソティリウ (30)
FW 23 鮎川 峻 (22)
FW 28 棚田 遼 (20)
おまけ：歌詞に出てくる言葉の意味

MF 10 森島 司 (26)
MF 14 エゼキエウ (25)
MF 17 松本 泰志 (25)
MF 18 柏 好文 (36)
MF 24 東 俊希 (23)
MF 25 茶島 雄介 (32)
MF 30 柴崎 晃誠 (39)
MF 32 越道 草太 (19)
FW 9 ドウグラス ヴィエイラ (36)
FW 11 満田 誠 (24)
FW 13 ナッシュム ベン カリファ (31)
FW 20 ピエロス ソティリウ (30)
FW 23 鮎川 峻 (22)
FW 28 棚田 遼 (20)
おまけ：歌詞に出てくる言葉の意味

☆試合前、キックオフ後に必ず歌う
☆試合中定番
☆試合中定番
☆試合中定番

サンフジツチエ広島選手を応援しよう!
☆アイコンに沿って4つ折りにすると冊子の様になります☆

☆☆ 選手個人チャント・コール ☆☆

- GK 1 林 卓人 (41)
GK 27 田中 雄大 (28)
GK 22 川浪 吾郎 (32)
GK 38 大迫 敏介 (24)
DF 2 住吉 ジェラニ レジョン (26)
DF 3 山崎 大地 (23)
DF 4 荒木 隼人 (27)
DF 15 中野 就斗 (23)
DF 16 志 孝明 (30)
DF 19 佐々木 翔 (34)
DF 33 塩谷 司 (35)
DF 5 松本 大弥 (23)
MF 6 青山 敏弘 (37)
MF 7 野津田 岳人 (29)
MF 8 川村 拓夢 (24)

- MF 10 森島 司 (26)
MF 14 エゼキエウ (25)
MF 17 松本 泰志 (25)
MF 18 柏 好文 (36)
MF 24 東 俊希 (23)
MF 25 茶島 雄介 (32)
MF 30 柴崎 晃誠 (39)
MF 32 越道 草太 (19)
FW 9 ドウグラス ヴィエイラ (36)
FW 11 満田 誠 (24)
FW 13 ナッシュム ベン カリファ (31)
FW 20 ピエロス ソティリウ (30)
FW 23 鮎川 峻 (22)
FW 28 棚田 遼 (20)
おまけ：歌詞に出てくる言葉の意味

応援の仕方はいろいろ！
タオマフ回しや跳躍といった見目の応援から、唄、手拍子、拍手、「いっぞ！」といった掛け声や、はたまたシュート外した後のため息まで、観客席の反応すべてが選手に力を与えます！

- ★じっくり観戦派★
・選手入場時はタオマフを掲げてお迎えしましょう！
・盛り上がりだす時、ピンチの時、チャント（唄）に合わせて手拍子をお願いします！
・サンフレがコーナーキックを取ったならタオマフをぶんぶん廻しましょう。
・いいプレーには盛大に拍手！「いっぞー！」とか「おしい！」と声をかける（叫ぶ）と選手も喜びます。

- ★動きながら応援派★
・タスキで応援しましょう！ タスキに制限はありません♪
・チャントに合わせて跳んだり手拍子したり、体力自慢の人はより熱い太鼓の周辺へ！
・頭の上で手拍子すると、応援の見栄えもいいし、より響きます。こぞというチャンスには頭の上で！
こぞというときは頭の上で！
・チャントのテンポは主に3つ。太鼓のリズムに合わせて使い分けましょう。
①ゆっくり手拍子 ②早めの手拍子 ③跳躍

コール・チャントの使い分け・タイミング

- いっぱいあるチャントの中で、いくつかのチャントは唄う場面に傾向があります。
☆アレアレヒッポーシッマー
キックオフの時。選手に勢いに乗ってもらいましょう！
☆サンフレチェコール（守備時のコール②）
攻め込まれてピンチの時。点を取った後、引き締めたいとき。
☆ヒロシマット！オレツ！（守備時のコール①）
守備で押し込まれ気味の時。ボールを奪って攻撃に移りたいとき。
ボール奪ったその瞬間に攻撃コール（③）に変わります！
☆大脱走
終盤で僅差で勝つるときは「はたまた、同点や負ける時も。勢いでびっくりかせせー!!

応援のちよつとしたコツ

- 手拍子するとき
手を頭の上で叩くと選手からよく見えます。でも、頭の上で手をたたき続けるのは二の腕の筋力が必要です。出来るだけ筋力を消費させないようにするため、動かす方の手を交互に入れ替えます。
声の出し方
カラオケで歌うみたいに声帯で綺麗な声を出そうとすると、すぐ喉がかわれます（>.<）思いつきりに肺に息を吸い込んで、声帯は出来るだけ使わず、肺活量で声を出しましょう。
口を縦に開けて口中で響かせる感じで肺太い声を出します。
腹筋の使い方
大きな声を出すには腹筋が必要です。腹筋は、無理やり息を続けさせようとしたときに著しく消費します。喉のフレーズの途中でも良いので、息継ぎはこまめにやりましょう。
跳躍から手拍子に戻るタイミング
コールリーダー（メガホン持ってる人）がメガホンを上下に揺らしたり、手拍子のジェスチャーをしたりします。
手の平のケア
手を叩き続けると手の平の油が抜けてひび割れちゃいます>>。事前に保湿クリームなどを塗りましょう♪
試合中の飲み物
声出しする人は、お茶だのどの油が無くなって嘔れやすくなりがち。BCAAやプロテイン飲料で体力回復！



マスクは、口の前にワイヤーが入った形を保てるタイプがおすすです!
あと「通気性UP」などの製品も◎