

7月21日～25日の4泊5日で、群馬県片品村に合宿に行ってきました。
「星亭」さんに、お世話になりました。

宿の前にて



部屋から見える景色と、朝の散歩の様子。山の空気は涼しく本当に気持ちよかったです。

朝の散歩の様子



練習では身体の使い方、パス・ドリブル・シュート等のファンダメンタル、リバウンドの強化、シェルディフェンス、速攻の練習、身体作りを中心に汗を流しました。東京よりかなり涼しく練習に集中できました。

武尊根体育館での練習風景







武尊根体育館の前にて



ごはんが美味しくモリモリ食べました！
片品産のお野菜や果物がおいしく、おかわりもたくさんしました。



夜は入浴後（温泉！）ストレッチをしてミーティング。1日を反省し次の日につなげます。
活発に意見が出ました。たくさん話してチームメイトの仲が深まりました。



全日、全員で実施することができました。 支えあうべき仲間の存在を大切に、これからの活動に励んでまいります。関係した方々、ありがとうございました。