

🏆菅平通信Vol.4 四日目は連日の『男はダボス』走り 第二弾!!🏆

合宿四日目は、早朝の紅白ゲーム組と8の字ランニング(6km)組の二手に分かれてスタート。午前中は、ムーブメント、ボールトレーニング、紅白ゲームの後、超ウルトラサーキット走りを行いました。四日間、寝食ともに過ごしてきた翔陽高校はこのメニューが菅平合宿ラストになるので二チーム全員で声を掛け励まし合いながら午前中のトレーニングを終えました。



🏆翔陽高校との合同練習も午前中でラスト。お互いいい刺激を貰うことができた🏆

午後は**虎の穴**合宿のメインメニュー『男はダボス』走り第二弾に山に向かいました。天候の影響で連日のダボスになりましたが、予定通りグレンデの外周(1km) 5本+内周(800m) 五本を走りました。合宿四日目ともなれば、疲労もピークを迎えその中で肉体も精神もかなり追い込まれるので、正直一番キツイところです。人は成長するために目の前の壁を乗り越えていく必要があります。子どもたちが厳しいトレーニングに全力でチャレンジすれば、それは成長に繋がって行きます。片倉高校サッカー部では、直ぐに現れる結果より目標に向かって努力する過程を大切に指導をしています。菅平合宿には、その環境がたくさん準備されているのです。サッカー部のトレーニングのスローガンには『**No pain, no gain(痛みなくして得るものなし)**』という言葉があります。厳しいトレーニングの先には明るい未来が待っていると信じています。

今年もダボス走りのノルマ終了後に、全員で列になってグレンデ中に響き渡るような“声出しランニング”で走り、2025年度の『男はダボス』走りを締めました。

帰りはダボスの塔での恒例の記念撮影を行い、昨日は今合宿で合同練習をした翔陽高校と一緒に撮りました。毎回、『男はダボス』走りを終えた後にファインダー越しの子どもたちの表情を見ると、菅平合宿を通して逞しく成長したように感じます。

菅平合宿はいよいよ明日が最終日です。菅平のまとめのゲーム(学年対抗戦)と重い(思い)出走りで無事に合宿を打ち上げたいと思います。

🏆 『男はダボス』 第二弾 Snap 📸 「俺たちの青春」 🏆



🏆 2025 summer camp in Davos Hill 『男はダボス』 🏆