

# 躍進

第 6 号

2019年2月17日

都立小平南高等学校

## 〈桜修館高校合同練習〉

二月十一日(月)小平南高校で桜修館高校と合同練習を行いました。

午前は全員でキャッチボール・シートノックをした後、実戦形式を行いました。久しぶりの実戦形式で試合の雰囲気や前からのボールの感覚を取戻したい練習になったのではないかと思います。今回の

練習での反省をこれからの課題にして頑張ってください！

午後はティーバッティングとトレーニングでローテーションをしました。トレーニングは桜修館高校でいつも行っているサーキットを教えてくださいました。十三種類のメニューを四十秒間・インターバル二十秒間を三周行いました。どのメニューも選手たちが床に倒れこむくらいとてもきつそうでした。そんな中でも、たくさん声を出して盛りが上がっていました！

また、ティー場から応援の声も出るなど、両校の選手が一体となり活気のある練習になったのではないかと思います。春季大会ではお互いライバルになる存在なので、これからも高めあっていかたいと感じました！

### 〈最近の野球部〉

最近は、顧問の先生方が選手のために懸垂場兼トンボ置きを作ってくださいました！ローテーションの移動の合間などに選手は積極的に懸垂に取り組んでいます。これらを作ってくださいました先生方に感謝して、

大切に使っていきます！

また、二月の一大イベント・バレンタインではマネージャーが作ってきたお菓子を「ありがとう！」と言って笑顔で受け取ってくれました！選手たちの嬉しそうな笑顔を見て、自分たちも嬉しくなり、選手のためにマネージャーも大会に向けても頑張ろうと思いました！



