

水泳部活動報告07号

2025.07.30

夏季強化合宿を終えました



こんにちは。MTSTです！

7月末に、強化合宿のため、長野県に行ってまいりました。8月の16校大会・9月の新人大会、長水路記録会でのハイパフォーマンスを目指して、今回は、強化合宿としました。

高校から競泳を本格的に始めた選手は、バックプレートを存分に使った飛び込み練習に時間を割きました。

春季大会や都高校に出場した選手は、泳ぎ込みと「全力」を出す練習に明け暮れました。

起床後にトレイルランニングコースを散歩したり、夕食後短時間でレクリエーションを行ったりと、チームビルディングも進めることができました。

夏の大会へ向けて、活動を継続していきます。