

1日目

朝7時30分に出発し、3時間かけて長野県菅平に3泊4日の合宿に向かいました。夏の選手権に向けて、チームの団結力を深めることを主として、走力の強化、技術の向上を目的に

「**チームで戦う**」

をモットーに長いようで短い4日間が始まりました。

到着後、選手全員でのタイム走を皮切りに、フィジカルコーチによるアジリティ、人工芝でのボールトレーニング、広大な道を有効活用した素走りと1日目からエンジン全開でトレーニングを行いました。また、食事トレーニングということで、夕食は**丼飯3杯**をノルマに、夜も選手たちの戦いは続きました。

2日目

5時45分から、オープニングセレモニーのペース走で2日目はスタートしました。この日は午前中に全カテゴリーが國學院高校と試合を行い、午後はBが神代高校と試合、Aと1年生が人工芝でトレーニングとアジリティを行いました。

國學院との試合は、一方的な展開で大量得点をする事ができましたが、失点もしてしまうところがまだまだ甘いところです。

神代との試合は、前半は戦えていましたが後半に差が出てしまいました。2日目も、厳しいトレーニングを行いました。菅平の涼しい気候が味方し、充実したトレーニングを行えました。夜は、全員で**勉強時間を確保**し、時間を**有効**に使っていました。

3日目

3日目も朝から、合宿恒例になったペース走でスタートしました。Aは午前中に東久留米総合高校と練習試合を行い、午後は、国分寺高校と練習試合の後に、菅平の名所「**ダボス**」にて厳しく激しいトレーニングを行い、Bと1年生は、午前ダボス、午後は、国分寺高校と練習試合を行いました。

東久留米との試合は、相手の個、組織ともに高島よりも優れており、1枚も2枚も上手でした。良い勉強になりました。国分寺とは、午前の反省を生かし、良いゲームができていました。またダボスでは、**傾斜ダッシュ**を**妥協せず**に一生懸命に行っていました。全員で行うことで、「**団結力**」が生まれていました。

4日目

最終日は、学年対抗ダービーが開催されました。各学年でチームを構成し、学年のプライドをかけて戦いました。1年生が上級生に立ち向かう姿や、3年生の圧倒的なゴールラッシュなど内容の濃い**高島ダービー**となりました。結果は、**3年生が優勝**し、有終の美を飾っていました。

今回の遠征で感じたことは、「**自分に甘い**」ということです。きついトレーニングを課した時に本当の自分が出ます。**限界**を自分で決めて、それ以上はやらなくなる。そんな選手は、夏の大会で走り切れるわけがない！自分も辛いけど、チームのために**頑張れるのが本当の強い組織**なのではないでしょうか？

練習試合結果

A			B		
VS 國學院	6-2		VS 國學院	15-1	
VS 東久留米総合	3-7		VS 神代	3-6	
VS 国分寺	2-0		VS 国分寺	1-3	

高島ダービー結果

1年生VS2年生 4-4

1年生VS3年生 0-5

2年生VS3年生 1-1

優勝  **3年生** 

写真館

