

男子バスケットボール部夏季合宿実施！

7月29日～8月1日に群馬県片品村にて合宿を行いました。

東京は連日猛暑ですが、現地は最高気温が30℃ほど。朝晩は気温が20℃前後、夜は満天の星空が見え、とても良い環境でバスケットボールに打ち込むことができました。

合宿は午前練習、午後練習、夜間練習、夜学習を行い、とても密度の濃い4日間。

バスケットボールの技能、チーム力の向上はもちろんのこと、とても強度の高い練習をチームメイトと乗り越え、寝食を共にする中で絆を深めることができました。また、支えてくださる方への感謝の心・時間厳守・物品管理・環境美化など、高校生として多くのことを学ぶことができた4日間でした。これから試合などで逆境の場面があるかもしれませんが、「あの合宿を乗り越えたから大丈夫!」、と思える合宿となったはず。

支えてくださった皆様ありがとうございました。この合宿の成果を生かし、応援されるチームを目指してチーム一丸となりこれからも頑張ります。

今後も応援よろしくお願いします。

<一部をご紹介>

午前練習：フットワーク、ランメニュー中心で体力強化とオーバーナンバーの攻め方の確認



午後練習：体幹トレ、ファンダメンタルドリル、対人練習、ゲーム





夜練習：セットプレーの確認、シューティング



夜間学習：自分と向き合う進学校の証の夜間学習

