

R8 男子バスケットボール部夏季合宿実施！

今年度も7月27日～30日の3泊4日、群馬県片品村にて夏合宿を実施しました。標高が高く恵まれた環境の中、「体力面・精神面・戦術面・チームワーク」すべてを次のレベルへ引き上げる、密度の濃い“バスケ漬け”の日々を過ごしました。

自分一人では挫けそうなきついメニューも、声を掛け合い、全員で乗り越える。この4日間で築いた絆と「自分たちはここまでやれた」という強い自信は、秋の新人戦、そしてこれからの厳しい試合を勝ち抜くための大きな財産となりました。

合宿後は、多くの学校と練習試合を重ね、合宿で得た成果を実戦で「深化」させています。10月の新人戦では、成長した私たちのバスケットボールをお見せします！応援よろしくお願いします！！



<一部をご紹介>

午前練習：タフなゲームを走り抜く「フィジカル・ファストブレイク強化」

フットワークやランメニューで徹底的な体力強化。さらにオーバースタックの攻め方を反復し、試合で確実に得点を奪いきるスピードと判断力を養いました。



午後練習：実戦で勝ちきるための「ファンダメンタル、対人練習、ゲーム」

個の力を高めるファンダメンタルドリルから、強度の高い対人練習、ゲーム形式へ。
練習のための練習ではなく、「実際の試合の１シーン」を全員が意識してプレイしました。



夜練習：セットプレーの確認とシューティング

頭と体をフルに使い、戦術の理解度を高め、シュートの精度を徹底的に高めました。



夜学習：文武両道！「自分と向き合う」夜学習

練習後は全員で机に向かい「夜学習」を実施。
真剣にスポーツに打ち込むだけでなく、学業でも結果を出しことを目指します。
目指せ、第一志望校合格！

