

男子バスケットボール部夏季合宿に行ってきました！

7月28日～31日、群馬県片品村にて合宿を行いました。

現地は今年の猛暑の影響で最高気温が32度ほどになりましたが、夕方には心地よい風が吹き、朝晩は気温が20度前後になりとても良い環境でした。

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の向上はもちろんのこと、強度の高い練習をチームメイトと乗り越え心を強くし、寝食を共にする中で仲間との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、人としても成長することができました。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！」、という自信につながるはずです。

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：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

