



Winter Camp



28. 1. 10更新

12月26日から2泊3日のWinter Campを行いました。身体の使い方や、体づくりに重点を置いた3日間となりました。

◎12/27 京都からお越しいただいた富田トレーナーに、ウォーミングアップのポイントをはじめとし、多くのことを教えて頂きました。



姿勢がプレーにどのように繋がってくるのか？
力を発揮するためにどのように意識して身体を使うのか？
を学びました！（詳細はグラウンドで！）

◎12/28 夏に引き続き、日本体育大学学生の滝口さんと近江さんが来て下さいました。午前中は守備の指導を頂きました。

最後には、
体育研究発表実演会「集団行動」
の経験で学んだこと（近江さん）

「軟式野球日本代表のキャプテンと
いう経験を通して伝えたいこと」
（滝口さん）

など熱く語って下さいました。



◎保護者の方々に作って頂いたご飯が
とても美味しく、よく箸が進みました!!



（お母さんチーム）

夏よりさらに
心身ともに成長しました！