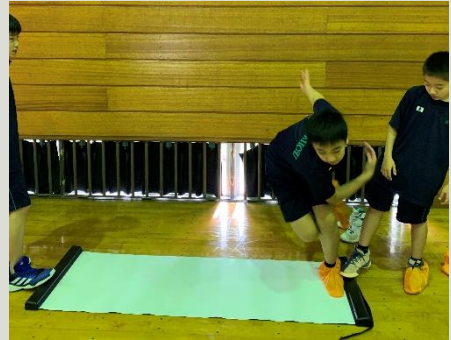


男子バスケットボール部 12月の活動報告

日が暮れるのがだいぶ早くなり、練習開始時は暗くなっていることもあります。
短い時間ですが、高校生と一緒に技術・体力のトレーニングを行っています。
高校生よりは量や強度は軽いものですが、中学生にとってはチャレンジの日々です。
明るく楽しく、チャレンジ精神を忘れずに練習しています。



体育館ワックスがけ

12月29日に体育館の大掃除をかねて、高校生と一緒にフロアのワックスがけを行いました。



普段雑巾がけをすることがないので、これだけでもいいトレーニングになります。



高校生と一緒にワックスをかけました。

今までやったことがない作業なので、地味ですがよい経験となりました。
次回は後輩たちに伝えられるといいですね。