

12 がら 号

12月になり厳しい寒さと共にトレーニングの季節がやって来ました。学年で授業数、キャンパスが違うなどして全員で合わせられる時間はとても少ないですが、空き時間などを利用して練習しています。一人一人が苦手を克服し、レベルアップしていけるよう工夫しています。全員でのトレーニングではコーンなどの道具を使用し日替わりで体幹、足、腕を鍛え、まんべんなく筋力をつけています。またチーム対抗で競争したり頭をつかうトレーニングもあり、ただ鍛えるだけでなくチームワーク向上や瞬時に判断する力もつけていっています。来年に向けて今しかできないことを全力で頑張っていきます。今年もたくさんの方々のご声援ありがとうございました。来年も奈良学園大学リフトボール部をよろしくお願い致します。



Festival

短期大学最後のフェスティバルがありました！舞台発表では、今までの練習の成果を出しきり、展示発表では授業で学んだことを活かしました。参加して下さった子どもたちから大人まで楽しめたフェスティバルとなりました。

