

## 春季強化合宿を実施しました

多くの県内の高校生に参加していただき、大変盛り上がった練習を実施できた4日間となりました！

合宿テーマ 正(意識を正す、行動を正す)、清(場を清める、心を清める)、  
守(時間を守る、約束を守る)

凡事徹底 日々改善 体調管理 日誌の継続

参加校 出雲工業高校 5名 浜田商業高校 8名 出雲商業高校 1名  
大社高校 1名

### 合宿中の風景



早朝練習(動的ストレッチ)



保護者様手作りの夕食



ミーティング(部活動指導員 伊藤さん)



お世話になった寺西先生との記念撮影

### 合宿生の言葉

- ・継続した練習をできるようになりたいという目標を持って挑めた。学校の練習にも生かしていきたい。
- ・新入生を迎え人数も増えて楽しい合宿だった。シーズンへ向けて良い雰囲気を作っていきたい。
- ・メニューがきつくて大変だったけれど、声かけをしてもらい励まされた。
- ・緊張とか不安もあったけど、2日目から仲間や先輩とコミュニケーションが取れて練習もこなせた。
- ・最初は緊張して練習もあまり出来なかったけれど、みんなと仲良くなれて楽しい雰囲気でも過ごせた。
- ・速い人についていってみたいという課題をこなせたので、学校に帰ってからも継続していきたい。
- ・慣れないことを出来たことも経験なので、新年度にも生かしていきたい。
- ・1人だと出来ない練習でも集まってやると出来た。普段の生活習慣なども改善していきたい。
- ・普段の学校生活では得られない刺激を受けた。練習もこなせたので学校でも続けていきたい。