

ポジション別に分散し、 元気に練習しています！！

今年度のオフシーズンの目標を「測定項目の数値 up」に設定し、自分の成長度合いを可視化することで、客観的に自分を評価できるように練習に取り組んでいます。日々の練習への取り組みが数値に直結するため、全員が自分との闘いに毎日挑んでいます。

今シーズンは、バッテリー・内野手・外野手の3グループに分け、練習内容はもちろん、練習場所やOFFの曜日も分けて効率よく練習をしています。雨天練習場、トレーニングルーム、グラウンドに分かれて技術練習やウェイトトレーニング、クロスカントリースキーや素振りなどのメニューに取り組んでいます。少ない人数で練習をしているので、ひとりひとりの意識の差が如実に表れ、選手同士で指摘し合う声や鼓舞する声がよく出るようになり、練習の雰囲気も日に日に向上しています。

球春到来までもう少し時間はありますが、48名全員元気に練習を続けていきます！！



2021/01/26