

スポーツコース体力診断

スポーツコース（野球部）の生徒が、秋田市のスポーツ科学センターの体力診断に参加しました。



今回腰を怪我してしまい、筋力系ができませんでした。2月にも測定があるので、その時までには腰をしっかり治し、この冬のトレーニングを休まず、サボらずにやっていきたいです。

この冬の目標はチーム力向上です。自分は春と夏の大会しかないけど、どちらの大会でも優勝してキャプテンとしてできることをやって、チームが勝つことだけを考えていきたいです。チームが勝つことが1番で、自分が試合に出るのがその次なので、チーム全体を見る、自分から指示、自分からまとめる、自分が率先して動くことを忘れずにやります。目標→「自分から！」です。

(主将 林 大空)

スポーツコースの体力診断は今年で4年目となりました。今年の選手たちは、楽しそうな中にも真剣な気持ちで臨んでいたのが印象的でした。今回の結果をもとに、冬季練習、そして来シーズンに向けてのモチベーションの一つとなってくれればと思います。

(野球部顧問 後松 成人先生)