

夏合宿 in 白馬村 支え合う～関カレ1部昇格に向けて～

8月8日から8月11日まで、夏合宿で長野県の白馬村に行ってきました！

今年は、支え合う～関カレ1部昇格に向けて～という目標でこの夏合宿に取り組みました。

そして実は、長野県白馬村は私が育った場所です。少し白馬村を紹介させていただきます。白馬村は、とても自然豊かでむしろ自然しかありません。真夏でも夜は、クーラーを付けずに過ごせます。また流れ星を見ることもできる、そんな素敵なところですよ。素敵な村で、私達はたくさん走ってきました！



合宿1日目の最初のトレーニングは、ウッドチップロードでの走りからでした。ウッドチップロードは、山の中にあり急な坂を上ったり、下ったり、平坦でない道を走れるようなコースです。とても楽なものではありませんでしたが、みんなで声を掛け合いながら積極的に取り組みました。走りの後は、近くの川へ行きました。川はキレイで冷たくて自然のアイシングでした！川で、初日の疲労も回復でき、次の日へいい準備ができました。

2日目、3日目も走りのメニューがありましたが全員で声を掛け合いながら、本当に全員で走り切ったと感ずることができました。

3日目の夜にはBBQをやりました！大好きなお肉をたくさん食べることができました。

みんなで焼いたお肉はやっぱりおいしいですね！

また、最終日には私が中学校まで所属していたアラグランデの男子中学生と練習試合をしました。

スピードや女子にはない力、パワーを感じました。この4日間の集大成ということで、課題をたくさん見つけることができました。

夏合宿で、楽しい時も苦しい時も共にしたこの4日間はチームにとって大きな力となりました。

関カレもこのチームで戦いぬき1部昇格を目指します！！

関カレ試合結果

8/28 vs 日本女子体育大学 3-0 ○
9/1 vs 日本大学 4-3 ○
9/8 vs 十文字学園大学 1-1 △

次節

10/6 vs 東海大学 (尚美学園大学 G)
15:00KO