

専門競技プログラム【ユース】活動報告

1 種 目 セパタクロー

2 日 時 2026年9月6日（日） 9時から12時まで

3 会 場 名古屋市立沢上中学校 体育館

4 活動内容

今回は、ゲーム形式の練習を中心に活動しました。ゲーム中でのプレーに対して、講師からのアドバイスを受け、個人またはチームで課題を解決できるよう練習しました。特に今回の練習では、サーブの際に味方が投げるトスについて、繰り返し練習し、徐々に安定したサーブを打つことができるようになりました。ゲームでは、講師の攻撃をブロックするなどビッグプレーに大いに盛り上がる場面もありました。



講師の方々



サーブ練習



講師から説明を受ける様子



チーム練習の様子



ブロックの瞬間



ゲーム形式の練習