

体育会バスケットボール部

【活動報告】

今月はスプリングトーナメントやリーグ戦に向けて、体力づくりと技術面の向上に重点を置いてトレーニングを行いました。体力面では、持久力や瞬発力を高めるためのトレーニングを取り入れ、試合に必要なスタミナを養うことを意識しました。

また、技術面では、試合の状況に応じたプレイスタイルを身につけるために、個別の技術練習を繰り返し行いました。特に、ミスを減らすための細かな動きや判断力を磨くことに注力し、試合中に冷静に対応できるよう努めました。

「3×3 Next College Monster Festival 2025」の試合結果

予選トーナメントでは、神奈川大学と日本体育大学Bに勝利し、1位で通過しました。決勝トーナメントでは駒澤大学Aと対戦しましたが、惜しくも敗北となりました。

横井は3試合で30点近くを記録し、ドライブから得点を重ね、ファウルをもらいながらフリースローやスリーを決め、オールラウンドに点を取りチームを引っ張っていました。加藤は外のシュートやドライブで得点を決めました。特に、神奈川大学戦では連続スリーで流れを作りました。外のシュートが効いたことで、個人技だけでなくチームプレーも増えました。芝は得意のスピードを生かしたドライブやミドルシュートを決め、駒澤大学戦では高確率で得点しました。

3人で出場したため、代わりがいなく、体力的にはきついシーンもありましたが、ファウルやタイムアウトを上手く使い、最後まで全力を尽くすことができました。

