

端艇部

【活動報告】

端艇部では、10月で全ての公式戦も終わり本格的に11月よりオフシーズンに入りました。平日の朝は、戸田ボートコースで、週末は荒川に出て練習をしています。午後はウエイトトレーニングを中心にやっており筋力強化に励んでいます。

基本的に冬場の練習は大艇と呼ばれる4人以上でクルーを組み、長い距離を漕ぐ事で皆なの漕ぎの統一や体力強化を目的に練習しています。20km漕ぎ込む日もありクルーで声を掛け合ったりするなど【チーム東経】全員で来年度に向けて日々頑張っています。

来年度の意気込みとしまして、グリーンレガッタ総合優勝を目標に頑張っていきたいです。

