

日立市立大久保中学校クリニック

(2017年10月29日)

今回のクリニックは、小瀬HCの母校である、日立市立大久保中学校に、#3宇佐美選手、#29岩田選手、#55藤井選手3名でお邪魔しました。

最初は緊張しているせいか、なかなか声も出せませんでした。選手達が声を掛けていってくれたおかげで、少しずつ緊張もほぐれていきました。

ディフェンス中心の練習でしたが、一生懸命に取り組んでくれて内容の濃いクリニックが出来ました。練習は嘘をつかない！ので、今後も練習に励み、バスケットボールを楽しんでください。応援しています！

< #3 宇佐美選手からのメッセージ >

どちらかというと地味できついイメージのディフェンス練習ですが、シュートやドリブル同様、ディフェンスも練習すればするほど上達していきます。ディフェンスでチームを勝利に導くこともできます。

今回のクリニックはそんなディフェンスメニューを中心に実施し、技術だけでなく、声や気迫で相手を圧倒することの大切さを選手たちに伝えました。

延々と続くディフェンス練習にも一生懸命取り組んでくれ、地道に練習を続けていけばきっと強いチームになっていくと思います。

これからも頑張ってください！

ハドルを組んでクリニック開始！



集合写真 お疲れ様でした！

