

2017年度 白子 夏合宿 写真

2017/8/28



合宿開始前に全員で集合写真



宿舎のニューオーツカ



開始挨拶



まず、ランニング





ボールを打つ前に各種トレーニング



やっとボールを使った練習開始



アップのボレー・ボレー



コートサイドから軽やかに走り、軸足を決めて





短い打点の低いボールも練習しました