

江川 大女子バスケット部はアストゥを攻撃の軸にチーム初の1部昇格を目指す

チーム初の関東大学女子L1部昇格へ

キツイ練習ベスト3

試合に勝つには厳しい練習が必要不可欠だ。ただ、たくさん練習メニューがある中で何が一番キツイのか。女子バスケットボール部員だけが知る苦しみとは…

3 ディフェンスサーキット

ディフェンスサーキットは、1対1で対面になり、オフenseとディフェンスに分かれてオフenseの動きにディフェンスがついていく。途中、ダッシュなどの変化を加えて1対1の攻防を織る。実践的な練習で、相手に振り回されるディフェンスになるのが特にキツイ。

2 股割り

「股割りで低い姿勢を身につけて、あたり負けしない強さを磨く」

1 スリーメン

堂々の第1位に選ばれたのは「スリーメン」。3人組で横一列に並び、パスを回しながらシュートまでやっている

女子バスケット部 量を積んで 質を高める

制限時間内に3往復〜5往復行う。「ジョギング程度のスピードだと時間内に終わらないため、試合さながらのトップスピードでこなす」と稲嶺は苦しさを説明する。どの練習も試合に直結するため、疎かにできない。それが分かっているから、学生たちは喜んで(?)これらの練習に打ち込むのだ。

「スリーメン」では試合さながらのスピードでこなすシュートまでの攻めを鍛える

江川川大学女子バスケットボール部は「量を積んで質を高める」をコンセプトとして、過酷な練習を重ねてきた。意識して努力をするだけでなく、努力の継続が体に染み付いたものになるのが理想だ。競技に臨む真摯な姿勢は、女子バスケットボール部の文化となりつつある。力強いメンバーがそろった2020年度のチームが初の関東大学女子リーグ1部昇格を狙う。

稲嶺主将は「3年生は人数が多くお互い仲がいい。2年生と協力し合ってくればチームの強みになる。3年生と2年生には身長の高い選手がいるので、連携が取れる大きな戦力になる」と期待する。

守屋監督「スピード」と「体力面」が売り!!

苦戦した2019年の反省を基に、オフenseに鍛えてきた。身長174センチのフオワード樋口菜帆(経営社会3年、静岡浜松開誠館高)はもと自分やれることがあったと思う。オフenseの強化をして1対1を狙っていきたい。チーム全体が協力していい成績のこしたい」と課題を掲げ、2020年の意気込みを口にした。セネガル出身のサンブラスト(経営社会2年、新潟県志国国際高)は昨年シーズンに惜しかった。シュートや1対1を強化して1部昇格を目指す。力強いメンバーの中心的存在だ。

ポイントガードの加藤遥菜(経営社会2年、山形商高)は3×3EHEで3人制の日本代表選手に選ばれた。「フレイや声掛けでみんなのことを引っ張っていきたい。一人一人の個性を出していきながらチームを作っていくことが目標」と司令塔としての目標を挙げる。選手一人一人が自分の強みを知る2020年の江川川大学が関東リーグで暴れる。

稲嶺主将は「去年は苦しいシーズンで上級生がチームを引っ張って頑張ってくれた。今年は2、3年生が多いのでスピードや体力面が売り。ベースの体力がつか技術、個人技を高めると今持っている能力をもっと活かせると思う」と今季の展望を語る。

守屋監督は「スピード」と「体力面」が売り!!

稲嶺主将は「去年は苦しいシーズンで上級生がチームを引っ張って頑張ってくれた。今年は2、3年生が多いのでスピードや体力面が売り。ベースの体力がつか技術、個人技を高めると今持っている能力をもっと活かせると思う」と今季の展望を語る。

幸運の儀式「ベヌ、ミヤア、ニヤッツ!!」

この意味の掛け声は、セネガル出身のアストゥの入学がきっかけ。それまで掛け声は「レッツゴー No.1」だった。攻守に大黒柱となったアストゥの成長とともに、試合会場に謎のコールは定着。江川川大学にしかない注目の掛け声が、チームの士気を高めてくれている。

稲嶺主将は「去年は苦しいシーズンで上級生がチームを引っ張って頑張ってくれた。今年は2、3年生が多いのでスピードや体力面が売り。ベースの体力がつか技術、個人技を高めると今持っている能力をもっと活かせると思う」と今季の展望を語る。

稲嶺主将は「去年は苦しいシーズンで上級生がチームを引っ張って頑張ってくれた。今年は2、3年生が多いのでスピードや体力面が売り。ベースの体力がつか技術、個人技を高めると今持っている能力をもっと活かせると思う」と今季の展望を語る。

稲嶺主将は「去年は苦しいシーズンで上級生がチームを引っ張って頑張ってくれた。今年は2、3年生が多いのでスピードや体力面が売り。ベースの体力がつか技術、個人技を高めると今持っている能力をもっと活かせると思う」と今季の展望を語る。

1面担当 飯森友子 初志貫徹、勇往邁進し、切磋琢磨、七転八起で順風満帆に作成できたと思えます。

2面担当 石井悠太 あまり知らなかった世界の取材だったので、すべてが新鮮でした。様々な知識を学べました。

3面担当 稲嶺主将 伝えたい内容を限られた文字数の中でどう表現するのかを考え、形にするのが一番難しかったです。

4面担当 稲嶺主将 伝えたい内容を限られた文字数の中でどう表現するのかを考え、形にするのが一番難しかったです。

5面担当 稲嶺主将 伝えたい内容を限られた文字数の中でどう表現するのかを考え、形にするのが一番難しかったです。

LINEスタンプ 発売中

ラグビー版 Happy ラグビー

取高

野球版 ONE TEAM

野球版 勢が止まらない

詳細はこちら



2020年、いつでもそばに。スポニチ