

第5回栃木クラブジュニア 女子練習会報告！（H30.10.17）

今日のスタッフに、栃木クラブのスーパーエースで元Vリーガー（豊田合成トレフェルサ）の福島政則（ふくしままさのり）選手が来て下さり、テーマのブロックについてご指導いただきました。

ブロックは、ステップが大切であること、同じ高さでの移動できること、目線はずらさないこと、ネットとの間合いを開けること、スピーディーに動くことといった基礎基本的で重要なポイントを教えていただきました。

福島選手とアハンガル先生のブロックの実演は、スピードと高さ、美しさの3拍子が揃い、選手達からは歓声が上がっていました。

また、本練習会ではリベロの選手にも経験させ、ブロックの重要性を体感してもらいました。

その後、アツプを終え、3チームを作りU14とのゲーム形式を行いました。