

県レ練習会 新しいランクを企画しました！

千葉県レディース連盟が主催する練習会のランクを増やしました！
色々なランクの会員の皆様が一人でも多く参加できるよう練習会を少しずつ進化させていきたいと考えています。

これまでは、夏季に行われる全日本レディース選手権（都道府県対抗）の選手選考会と、千葉県代表選手（都道府県対抗・クラブ対抗）のために「強化練習会」を行ってまいりました。

全国大会が8月に終わり、一段落した10月頃から「強化練習会」は「県レディース連盟練習会」と名前を変え、翌年の4月頃まで月に数回実施して参りました。

でも、この練習会は“どなたでも参加できます”とは言え、強化練習の流れがあり、レベルの高い代表選手や、全国大会を目指す方が参加しているのが現状です。

これからは全会員の皆様が本当に“どなたでも”参加できる練習会にしていくための第一段階として、まずは「県レ練習会 エンジョイ&レベルアップの部」を企画しました。

様子を見ながら回数や内容を変化させ、会員の皆様にとって有意義な練習会を構築する努力をしていく予定でありますので、ご期待ください。

県レ練習会 エンジョイ&レベルアップの部

※レベルアップを目指したいし、やる気もあります！けれども現在の練習会の参加者層は敷居が高いし、年齢層も自分には厳しい？・・・という方々のための練習会です。

メニュー

- ・けが予防のストレッチ・体幹トレーニング
- ・基礎を見直そう ・ワンポイントレッスン
- ・ゲーム練習

コーチ

石井聖さん （株）ゴーセン・県レ練習会専属コーチ

参加費：1000円

会 場：千葉市公園体育館・八千代市市民体育館・鎌ヶ谷市市民体育館など

※参加者が多い場合は、コートに入るのが交代制になります。

※今までの「県レ練習会」に参加されている方は、「エンジョイ&レベルアップの部」ではなくこれまで通り「県レ練習会」にご参加ください。