強化合宿の感想

熊井　裕人

ぼくは、三月十一日の日曜日に、強化合宿に行きました。

強化合宿は、土曜日からはじまっていたのですが、土曜日はカゼをひいてしまったので行けませんでしたが、通いで参加しました。

練習は最初にドリルをやりました。スタートするときに声を出すことを意識しました。

次のメニューの２０００メートル走では、前について行けるようにしました。

次は外周のクロスカントリー走を三十分間走りました。

速いペースになかなかついて行けなくて悔しかったです。

午後からは、マーク走、８秒間走をやりました。

ぼくはこの強化合宿に参加して、仲間の大切さ、練習の大切さを知りました。

また来年も、強化指定選手になって強化合宿に参加できるがんばりたいです。