

2019 SPRING !

茨城県立太田第一高等学校野球部 2

○東京で動作改善指導参加・・・1月

今年も1 / 12、東京でBCS Baseball Performance代表の前田 健氏のセミナーに参加し、投手陣が動作指導を受けてきました。



○学校グラウンド、第二グラウンドでしっかり基本を反復練習



2019 SPRING!

茨城県立太田第一高等学校野球部 3

○お母さん方による食トレ研修会・・・1月

1月20日にお母さん方による食トレ研修会が行われました。
お弁当や家での朝食夕食のおかずのアイデアを出し合って、
体作りに必要な栄養素をいかにたっぷりと子供たちに摂らせる
かをテーマに、楽しくそして真剣に皆さんに腕を振るって
いただきました。美味しい食事をいつもありがとうございます！



栄養満点のボリューム満点の食事を
いつもありがとうございます。
ご飯は1kgが基本です！

いただきま〜す！