

2023 SPRING!

茨城県立太田第一高等学校野球部 6

○栄養学オンライン講座・トレーニング・・・3月



12月に続き、(株)クライムファクトリーの川田さんに来校いただき、栄養学とシーズンインに向けてのコンディショニング法を学びました。

○渡辺トレーナーによるウエイトトレーニング・・・年間



今年も、本校OBの渡辺さん(柔道整復師)にウエイトトレーニングを担当していただいています。



ビッグ3の「筋肉番付」発表しています!

筋肉番付ランキング			
	BP	SQ	DL
1	100kg	146kg	175kg
2	85kg	130kg	160kg
3	75kg	130kg	140kg
4	75kg	130kg	140kg
5	70kg	119kg	134kg

中嶋主将ベンチプレス100kg! 菊池スクワット146kg 山本デッドリフト175kg!

2023 SPRING!

茨城県立太田第一高等学校野球部 7

〇いよいよシーズンイン・・・3月

いよいよ2023年の球春到来です。3/24多賀高とのオープニング戦を皮切りに、練習試合が始まりました。実践感覚を磨き、春の大会に備えます。



正門の紅白梅がきれいです!

ポジション別守備練習



多賀高とのオープニングゲーム

ゲームノックで実践練習

正門脇の紅白の梅が、春の到来を感じさせてくれます。実践モードにシフトチェンジです!

〇還暦お祝い・・・3月



吉川先生(私立高勤務)、根本先生(再任用太田一高)、そしてボラバスの綿引OB(石塚観光社長)3人そろって還暦&ご退職(社長は終身GMですが・・・笑)大変お疲れ様でした。

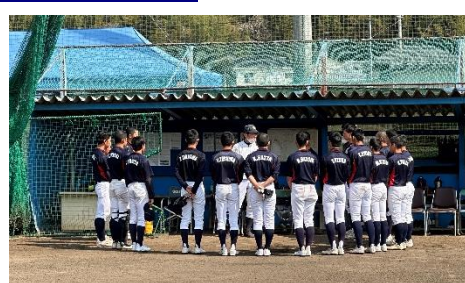
2023 SPRING!

茨城県立太田第一高等学校野球部 8

○群馬県立太田高校との親善試合・・・4月



太田一高(茨城) VS 太田高校(群馬)



創立明治30年(1897年)の群馬県立太田高校を迎え、練習試合を行いました。明治33年(1900年)創立の私たち太田一高より3年先輩。ともに**創立120年を超える県内屈指の伝統**を誇ります。太田一高は旧制太田中からの改称で昭和23年(1948年)に一年間だけ「太田高校」の時代がありました。これからも、お互い**太田プライド**を胸に切磋琢磨していきたいです。

○今年も太田一高の桜が満開となりました・・・4月



正門はもちろんグラウンドに咲き誇る桜には、毎年「圧倒」されます。「春爛漫」

