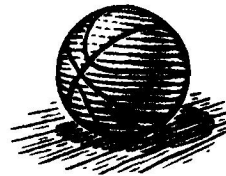


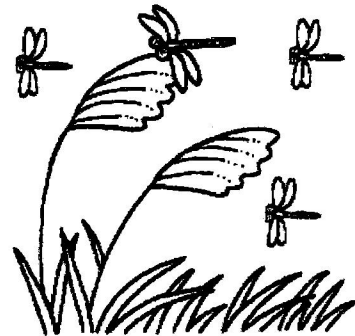
2020 ナイスシュート

2020・9・28

発行者 国安秀樹



半月前は真夏日となる日がまだ続いていましたが、朝夕に寒さを感じる季節に一気になりました。気温の変化に体がまだ慣れていないので体調を崩しやすいです。体調管理に気を付けて過ごしましょう。



9月から全体練習も始まりしました。5日のAグループの練習には15名が、20日のBグループの練習には21名が参加

しました。新型コロナウイルス感染防止のために、グループに分けての練習となりましたが、準備体操からゲーム練習まで、三密にならないことを意識しながら、今までと同様の練習メニューを行うことができました。Bグループの選手たちは、半年ぶりの練習でしたが、どの選手もコーチからの指示をよく聞いて練習できていました。手洗いで二度洗いなど丁寧な洗い方をする選手も多く見られ、うれしかったです。

夜間練習も全体練習も同様ですが、以下のことを10月の練習でもしっかりと守ってください。

- 練習会場には、早く来すぎない。練習開始時間を考えて家を出てください。
- 練習に行く前に必ず検温して、体調を確認してください。
- 手洗いがとても大事です。自宅に帰ってからも丁寧な手洗いをしてください。

10月の練習も琴似小学校での全体練習はグループに分けての練習となります。仕事などの都合で自分のグループの練習日に参加できない人は、別の練習日に参加してもよろしいです。(全体練習は、9:30~11:30です)

全体練習では、着替えの場所を用意できないので「着替えはしない」と連絡していましたが、10月からは着替えの方法を工夫して着替えをできるようにしたいと思えます。着替えの用意をして練習に参加してください。

ほっかいどう けんしゅうたいかい さんかもうしこみしゃ  
2020北海道FIDバスケットボール研修大会 参加申込者

(9月27日現在)

以下の選手から出場申込用紙を受け取っています。参加を希望して提出して  
いない選手は、締め切り日の10月4日までに国安に「出場申込用紙」を郵送するか  
連絡してください。チーム編成は11月号の通信でお知らせします。

札幌特連バスケットボールチーム 練習着の販売について

新しく販売するチーム練習着は、これまでのトレーニングハーフパンツと比べて、  
素材や色が変わります。ポリエステル素材のトレーニングパンツとなり、男子が紺色  
女子が赤色となります。

Tシャツ・ハーフパンツ共にサイズはS・M・L・O・XO・XXOがあります。

Tシャツが1480円、ハーフパンツが1350円です。新たに練習着の購入を希望される  
方は、『氏名とサイズを書いて、料金と一緒に封筒に入れて、練習日にコーチに渡し  
てください。』練習着の対応はコーチの御供が行っています。

10月の練習日

3日(土)	9:30~11:30	琴似小学校	全体練習 A グループ
9日(金)	19:00~21:30	手稲東中学校	夜練習
16日(金)	19:00~21:30	手稲東中学校	夜練習
17日(土)	9:30~11:30	琴似小学校	全体練習 B グループ
23日(金)	19:00~21:30	手稲東中学校	夜練習
25日(日)	9:30~11:30	みなみの杜高等支援学校	全体練習
30日(金)	19:00~21:30	手稲東中学校	夜練習

10月の全体練習は、琴似小の都合で2回とも土曜日となりました。

