

バレーボール部の活動を 紹介します



こんにちは！！岡山赤十字看護専門学校バレーボール部です。
毎週月曜日の放課後、体育館で2時間程度活動しています。
今回はバレー部の活動と魅力について、ご紹介します(*^▽^*)

現在の部員数は男女合わせて15名です。経験者も数名いますが、大半は初心者です。部活というよりむしろサークルに近い感覚で、自由気ままに楽しんでいます。



まず準備運動をし、男女に分かれてペアを組み、練習を行います。



その後、試合形式でバレーをします。

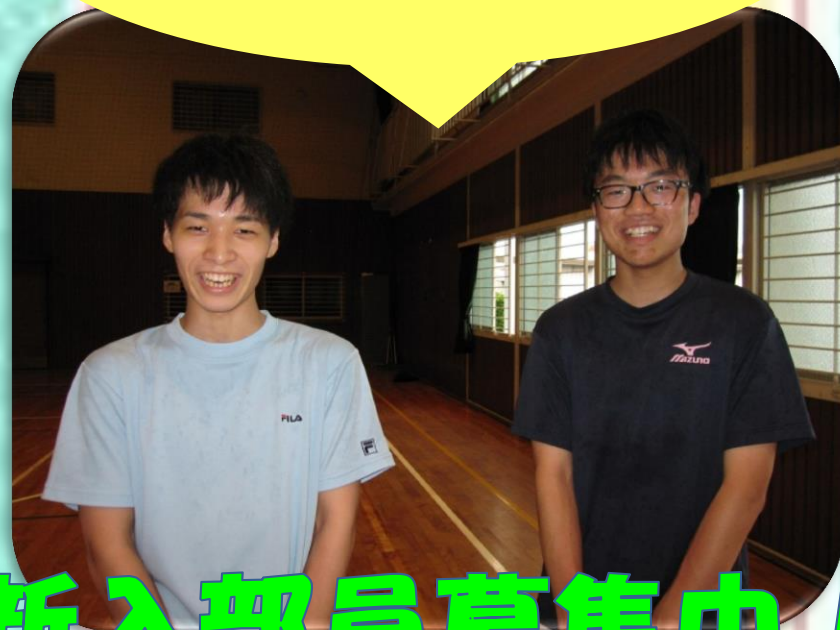
部員に聞いた！ 「バレー部」の魅力☆



学年を超えてみんな仲が良い部です。
経験者も未経験者も一緒に活動しており、
全員が楽しめます。
週に一回の活動なので、負荷もかからず、
適度に運動するいい場になっています。

リフレッシュのために少し運動をしたいと
思い、入部しました。
みんな楽しく活動できて、いい気分転換
になります。
初心者でも参加しやすい雰囲気なので、
オススメです。

興味がある人は
気軽に見学に来てください！！
僕たちと一緒に汗を流しましょう！！
美容と健康にもいいですよ(´o`)／



新入部員募集中！