

バドミントン部

●部活動紹介

私たちバドミントン部は高校からバドミントンを始めた人が多いです。集中～P（ポイント）P（パワー）A（アクション）P（プレイヤー）～を目標に日々練習に取り組んでいます。

●主な練習メニュー

- ①コアを温める（3分間走）
- ②ダイナミックストレッチ&体の強化
- ③フィジカルトレーニング
- ④テクニカルトレーニング

●部員

3年次

山下 拓都・白内 掌・岩倉 飛来

2年次

菅沼 健太・折口 紅汐・石村 凜乙

