

# 江津工業高校ボート部

## 重点校強化事業強化合宿（9月19日～21日）

雲南市さくらおろち湖にて強化合宿を実施しました。

9月21日(土)	9月22日(日)	9月23日(月)
午前 10 km 技術中心	午前 10 km 500m×4set	午前 12 km 技術中心
午後 12 km レース準備	午後 10 km 1000m×2set	午後 10 km 1000m×1set

10月に開催される新人大会へ向けて、レース中心の練習を行いました。3日間水上コンディションも良く充実した練習ができました。



漕いだ後どれだけバランスがとれるかの練習です。



レースをイメージした練習です。



二人の息が合ってきました。



初めての水上練習者をメンバーが暖かく出迎えています。



ミーティング風景、右側がコースです。



合宿を終えて、また一段とたくましい顔つきに！！

### 今回参加したメンバー

- AE2 沖田帆海
- AE1 大野 唄
- AE1 小松祐一
- AE1 酒井 紅
- AE1 堀 一翔