

特定非営利活動法人 元気アップこものスポーツクラブ

菰野中学校バスケット女子

自分たちの暮らしは自分たちで豊かに
愛され・喜ばれる教室の開催
自主的な「参画」で「生きがいの場所」を創り出す
相互にコミュニケーションを図りながら
健康で明るいまちづくり

指導者紹介（資格等）

- ・ 曾根 尚次（JBA 公認 C 級コーチ・JBA 公認キッズサポーター）
- ・ 辻 千尋
- ・ 三宅 桃香

参加対象

- ・ 元気アップこもの
スポーツクラブに
加入している中学生
- ・ 他の競技とのかけもち
は可能です

クラブの紹介（活動内容や目標、クラブで大切にしていること）

バスケットボールを通じて、一人ひとりの魅力ある個性を生かし、伸ばしながら
チームメイト（仲間）とともに課題の解決に向かって自己実現をめざすことを目的とします。
大切にしたいこと：①バスケットを楽しむこと ②成長度&経験値にあわせた練習
③はげます・導く（×怒鳴る・指示ばかり）④個で打開できる能力 ⑤クローズアウトの攻防

活動の様子



【試合の様子】



【作戦会議の様子】



【練習の様子】

クラブ活動の詳細

- ・ 活動日数、活動時間
土曜・日曜・祝日 3時間程度
（他の地域クラブ・学校・少年団等、終日
試合や合同練習が入る場合があります）
- ・ 主な活動場所 菰野中学校

- ・ 活動に必要なもの（自分で準備するもの）
バスケットシューズ・水分・タオル
動きやすい服装・着替えなど
※希望者（練習・大会等にて着用）有料
Tシャツ・ロングTシャツ
プラクティスパンツ・ビブス

- ・ 活動費
試合の参加費・交通費等／試合ごとに集金
- ・ 大会予定（地区予選は形式が変わる予定）
JBA『中学校カテゴリー』チーム登録にて活動
中体連（7月）・新人戦（1月）・選抜（5月）
※U15 選手権（10月）←選手の希望があれば

緊急・相談連絡先

元気アップこもの SC 事務局 059-394-5018

指導者 曾根 090-6070-9745

※出欠連絡は以下のいずれかにて

- ①指導者へ連絡（伝達・TEL・メール・LINE など）
- ②スコラプラス ③BAND