

# 女子バスケットボール部

## 《部活の目標》

☆常勝！ ☆中央地区大会出場！ ☆最後の1秒まで走り負けない！

## 《練習メニュー》

★ラントレ ★体幹トレ ★シュート練習

☆ハンドリング ☆ オフェンス・ディフェンス練習 ☆ 試合形式の練習

