

カテゴリー	U16
男 女	男子
実施年月日	2023年 12月 17日(日)
実施時間	9:00~12:30
実施会場	郡上市総合スポーツセンター
指導者	佐々木 崇・浅野 光昭・大野 祐平
参加人数	13名
指導内容	<ol style="list-style-type: none"><li>1. ウォーミングアップ</li><li>2. フットワーク</li><li>3. ディフェンスフットワーク</li><li>4. 1on1 (オールコート)</li><li>5. 5 out</li><li>6. マッカビモーションの確認</li><li>7. ゲーム (U14 と交流試合)</li></ol>
成果, 課題, 反省, 感想 など	成果交流会に向けて、3回の練習でやってきた「スペーシングを意識して2対2を作って攻める」がU14や高校生を相手に形になったことがとても良かった。選手もとても楽しそうにプレーしていたことが印象的であった。
実施風景	