



大麻高校ラグビー部



大麻高校ラグビー部

- 活動場所 夏季：学校グラウンド、校内トレーニングルーム など
冬季：江別市内体育館、校内トレーニングルーム など
- 活動日 週5～6日・・・月・水・木・金・(土)・(日)
★火曜日は完全オフです。
★冬期間は、土・日のいずれかをオフとしています。
- 活動時間 平日：約2時間、 休日：約3時間
★短時間集中、質の高い練習を目指しています！
- 顧問 岸本 泰輔・坂田 周美
- 主将 菅原 想真

ラグビー部は週5～6日、短時間集中型の練習に取り組んでいます。他の部活動に比べて練習時間は短くても『集中力と質の高さで勝負』。プライドを持って活動しています。また、週に2～3回、地元の小中学生や社会人コーチらが訪れ、一緒に練習に励んでいます。高校生活は、部活動以外にも勉強時間を確保しなければならず、適切な休息時間も必要です。ラグビー部は、2～3ヶ月ごとの長期活動計画を提示し、部員各自がスケジュール調整を図りやすくしています。部員達は、時間を有効的に使い、充実した高校生活を送っています。

男子選手・女子選手・マネージャー募集

ぜひ体験に来て下さい。グラウンドで待ってます！

一緒に、充実した高校生活を送ろう！



女子プレーヤーも急増中。初心者大歓迎。 男女関係なく、明るく、楽しく、練習します。

ラグビーは高校から始める人が多く、中学までの経験者はほとんどいないため、『高校入学を機に新しいことにチャレンジしたい!』『今までと違うスポーツをやってみたい!』と考えている人にはピッタリです。また、近年は女子プレーヤーが急増しており、他校でも男子部員と共に活動する女子部員が増えています。



パス、キャッチ、キックなど基礎的な練習からスタートし、およそ1年後には主なルールも覚え、技術も身につきます。「ルールがまったく分からない」「怖そう…」「痛そう…」などと思っている人はいませんか? そんな心配は無用です! 先輩たちや顧問の先生が、丁寧かつ段階的に教えていきます。また、ウエイトトレーニングにも力を入れているので、たくましいBODYを手に入れることができます!



全員主役。その人の個性に合った輝ける ポジションが必ずある。それがラグビー。

- ・野 球 部だった君〜ラグビー選手に元野球部はたくさんいます。
- ・サッカー部だった君〜ラグビーでもキックは重要な技術のひとつです。
- ・卓 球 部だった君〜卓球で身に付いたフットワーク、瞬発力は大きな武器になります。
- ・バ ス ケ部だった君〜バスケットで磨いたハンドリング、ステップワークは大きな武器に!
- ・ハンドボール部だった君〜ハンドボールで磨いた瞬発力やハンドリングスキルは、即戦力!
- ・陸 上 部だった君〜足の速い人、体力のある人はバッチリ! チームの切り札になれる!
- ・剣 道 部だった君〜剣道の踏み込み、精神力はラグーマンにもってこい!
- ・空 手 部だった君〜君の正拳突きはハンドオフに生かされる。
- ・テ ニ ス部だった君〜テニスのフットワークはラグビーでも通用します。
- ・バドミントン部だった君〜バドミントンで鍛えた瞬発力、敏捷性は大きな武器です。
- ・文 化 部だった君〜高校では汗を流してみないか? みんなゼロからのスタートだよ!
- ・帰 宅 部だった君〜「運動は苦手」とか、「小さいから」、「太ってるから」なんて関係ない!

ラグビーには君に合ったポジションがある!



夏休みには、一生の思い出になる1年生大会も!

7月には、札幌月寒ラグビー場で札幌支部の1年生大会が、さらに夏休みには、全道すべての1年生部員が集まって行われる『U16 大会』があります。全道各地からルーキー達が集まり、学校や地域の枠を超えた交流が図られます。この大会を通じて、他校にもたくさんの友達ができ、参加した選手たちにとっては一生忘れることのできない素晴らしい思い出になります。とても楽しいですよ!

