

# 12月13日(土) 部活動体験 体験内容一覧

今回は10の部活動・1つの同好会の体験を実施します。

当日の持ち物と活動内容になっております。ご確認ください！！

体験のない部活動について興味のある方は、学校説明会時にご相談ください！

**部活：** 硬式野球部  
**持ち物：** 運動のできる服装・グローブ(貸し出し可)・スパイク(なければ運動靴)  
**活動内容：** ウォーミングアップ、キャッチボール、バッティング、守備練習を行います！  
高校野球を体感してみてください！！

**部活：** サッカー部  
**持ち物：** サッカーできる服装・スパイク(雨天時:トレシューor 運動靴)・すね当て  
**活動内容：** アップから実践形式まで一通り行います！  
湘風サッカー部が普段からやっているトレーニングを一緒にやってみよう！

**部活：** バドミントン部  
**持ち物：** 動きやすい服装・シューズ(体育館履き)・ラケット(持っていれば)  
**活動内容：** 普段の活動の説明、練習体験(基礎打ち・試合など)を行います！  
※当日の参加人数によって内容の変更有り

**部活：** パワーリフティング部  
**持ち物：** 動きやすい服装・飲み物  
**活動内容：** ベンチプレスをやってみたり、マシンを使用したトレーニングをして、  
実際に鍛えてみましょう！！

**部活：** 男子バスケットボール部  
**持ち物：** 動ける服装・バスケットシューズ(なければ体育館履き)・飲み物・タオル  
**活動内容：** パス・シュートなどの基礎練習、簡単な対人メニューをやります！

**部活：** 女子バスケットボール部  
**持ち物：** 動ける服装・バスケットシューズ(なければ体育館履き)・飲み物・タオル  
**持ち物：** ドリブル・シュート・パスなどの基礎練習を行います！

**部活：** 軽音楽部  
**持ち物：** 特にありません(楽器経験のある人は、演奏機材の持参も歓迎です)  
**活動内容：** 演奏体験や部員によるライブの見学ができます！生徒主体で計画中です！！

**部活：** 陸上競技部  
**持ち物：** 外履き(雨天時:内履き)・運動できる服装・飲み物  
**活動内容** スプリント走の応用 ～必ず速くなる！！～

**部活：** 吹奏楽部  
**持ち物：** 特にありません。(自分の楽器があったら持ってきてください！)  
**活動内容：** 楽器体験！初心者の方でも大歓迎です！お待ちしております！

**部活：** バレーボール部  
**持ち物：** 運動できる服装・体育館シューズ  
**活動内容：** 生徒主体の体験会を行います！  
バレーボールの基礎から試合まで、部員と一緒に楽しく体験しよう

**部活：** 英語同好会  
**持ち物：** 筆記用具  
**活動内容：** 英語同好会の普段の活動について説明をします！  
そのあと、英会話を実際にやってみたり、英単語クイズをやります！！