

青森西高校ハンドボール部

魅 力

1. スピードとアクション

ハンドボールは素早い展開とダイナミックなアクションが特徴です。ボールの速いパスやプレイヤーのスピードが試合を非常に興奮させます。

2. チームワークと戦略

ハンドボールは、個々の技術だけでなく、チーム全体の戦略や連携が重要です。プレイヤー同士のパスやスムーズな動きが、チームの勝利につながります。

3. 身体能力の向上

ハンドボールは、スピード、筋力、持久力など、多くの身体能力を総合的に鍛えるスポーツです。そのため、プレイヤーは健康的な体を維持し、フィットネスレベルを向上させることができます。

4. 社交性とチームビルディング

ハンドボールはチームスポーツであり、チームメイトとの協力や信頼関係が重要です。チームの一員として参加することで、友情や協力心を育み、人間関係を深めることができます。

目的&目標

「克己」「人間形成」

目的：男女で**インターハイ** 出場

目標：**人間力**を高める

活動

時間：平日 16:00～18:30

休日 9:00～12:00 (週1～2日休養日)

場所：主に総合球技場、第一体育館

最近の戦績

令和5年度	県高校春季	1回戦敗退(男子)	1回戦敗退(女子)
	県高校総体	1回戦敗退(男子)	1回線敗退(女子)
令和4年度	県高校春季	2回戦進出(男子)	1回戦敗退(女子)
	県高校総体	1回戦敗退(男子)	1回線敗退(女子)
令和3年度	県高校春季	2回戦進出(男子)	1回戦敗退(女子)
	県高校総体	2回戦進出(男子)	1回線敗退(女子)