

# 体操部



## ◆活動日時

月、木 2時間程度 土・日のどちらか 4時間程度

## ◆一言

体操部は、女子新体操をしています。四高祭でのステージ発表、秋の新人大会出場を目標に日々活動しています。主な活動内容は、バーレッスン、柔軟、体幹などの基本トレーニングや手具を使った演技などの練習です。個人の技の上達と共に団体演技での一体感、チームワークを高めるために明るく元気に頑張っています。

## ◆その他

初心者がほとんどなので、専門の先生に指導していただいたり、外部のクラブへ習いに行くこともあります。