



# 大妻嵐山高等学校 バレーボール部

## <部活動紹介>

### ○監督からのご挨拶

大妻嵐山高校バレー部では、学校生活を大切にしながら部活動を頑張りたい生徒を大募集しています。今までの実績や技術は問いません。バレーに対する熱意がある人は大歓迎です。一緒に関東大会・全国大会を目指しませんか？

### ○指導者紹介

監督：佐々木 一樹 副顧問：百瀬 あかり

監督経歴 経歴 川崎市立橘高等学校卒業（インターハイ出場・関東大会出場）

桜美林大学卒業

2025年 大妻嵐山高校バレー部 監督就任

指導実績 2017年 全国中学校ビーチバレー大会優勝（茅ヶ崎市立中島中学校・監督）

2018年 関東高等学校バレー大会出場（川崎市立橘高等学校・コーチ）

2018年 インターハイ出場（川崎市立橘高等学校・コーチ）

2019年 春の高校バレー出場（川崎市立橘高等学校・コーチ）

### ○活動について

学業と部活動の両立を大切にしながら日々活動しています。学業を充実させるために練習に多くの時間を費やすのではなく、限られた時間の中で最大の効果を出す「量より質」の練習を重視しています。

<活動予定> ・平日 16:15～18:10 ・休日 1日 or 半日(試合・練習など) ・休み 週に1回

・学習時間の確保のために平日の練習は2時間を目安に行います。

・テスト期間・夏季学校閉鎖期間(お盆)・冬季学校閉鎖期間(年末年始)は、1週間程度練習を休みにします。

・平日の授業後の練習は、原則スクールバスの出発時刻に合わせて終了します。

・長期休業中や休日などの練習は、スクールバスの時刻合わせて行いません。

・長期休業時や学校行事などの関係で、練習の日時が変更することもございます。

### ○練習会

中学生を対象とした練習体験会を定期的に開催しています。詳細は学校ホームページと申し込みフォームに掲載いたします。少しでも興味がございましたら、是非ご参加ください。多くの方のご参加をお待ちしております。

#### 学校情報

住所 〒355-0221 埼玉県比企郡嵐山町菅谷 558

連絡先 TEL : 0493-62-2281

FAX : 0493-62-1138

E-mail : [otsumaranzan.vb2020@gmail.com](mailto:otsumaranzan.vb2020@gmail.com)

学校 HP <https://www.otsuma-ranzan.ed.jp/>

インスタ [https://www.instagram.com/6\\_otsuma\\_ranzan?igsh=bHNkZmxlMWMwbDA2&utm\\_source=qr](https://www.instagram.com/6_otsuma_ranzan?igsh=bHNkZmxlMWMwbDA2&utm_source=qr)



学校 HP



練習体験会



⑥\_OTSUMA\_RANZAN

申し込みフォーム

バレーボール

インスタ