

**【シーズン中】**

活動場所：本校グラウンド

練習時間：放課後～19:00(完全下校)

オフ：道教委の定める規定に則り、設定しています。

主な練習内容：打撃、守備練習＋課題練習

〈休日〉

練習時間：7:30or8:30～

主な練習内容：練習試合や合同練習

※練習試合は他校にお邪魔する場合があります。

その際は、現地集合が多いです。



シーズン：4月～10月



**8月 4校合同合宿**

全道大会出場経験のある3校と行います。4日間の合宿で学べることは多く、とても貴重な機会となります。

場所はその年により、昨年度までは北見市常呂町で実施。



1年間で約40校と練習試合を行います。合同練習では他チームと、練習の反省を行ったり、お互いを評価し合ったりします。



グラウンドも大変広く、すべてネットで囲われているため、単独で練習試合ができます。

(レフト98<sup>尺</sup>、ライト95<sup>尺</sup>、センター117<sup>尺</sup>)



チーム・個人の課題に沿った練習を行っています。西高野球部では、チームメイト同士で評価し合い、また、先生からも評価を受け、自分の課題と真剣に向き合っています。



OBOGからのご支援により、整った環境(最新式マシン3台(3ローター)、ケージ3基、鳥かご1基など)で、毎日充実した練習が行えています!

マシンは、バッティングマシンとノックマシンの両方あり、速さや球種などを調整して、より実践に近い球で練習することができます。

ラブソードなどによる測定も実施!



毎日の練習メニューは、生徒自らが考え、顧問の先生に提案しています!