

2009.6.28練習

体調が戻り1年ぶり参加の田島さん含めて35名（黄赤12、紺11、白12）が来週の菅平不惑大会にそなえて柔軟体操・グリット・ボール拾い・当り・ユニットとアタックデフェンスの練習しました。

