

令和 6 年度活動計画兼報告書

氏名： 大橋 聖香

		計 画		実 績 ※計画からの変更点や結果を記載	
		練習 (日程 (頻度)・内容・場 所)	試合等 (日程・名称・場所)	練習 (日程 (頻度)・内容・場所)	試合等【※公開情報】 (日程・名称・場所・結果)
上半期	4 月	スキル練習 週 2 回 ウェイトトレーニング 週 1, 2 回 場所：久留米	HSBC SVNS 2024 香港大会 5～7 日  太陽生命ウィメンズセブンズシ リーズ 2024 第 1 戦 6～7 日 北九州大会  太陽生命ウィメンズセブンズシ リーズ 2024 第 2 戦 20～21 日 熊谷大会	20～26 日 オリジナルスコッ ド沖縄合宿	太陽生命ウィメンズセブンズ シリーズ 2024 第 1 戦 6～7 日 北九州大会 3 位
	5 月	スキル練習 週 2 回 ウェイトトレーニング 週 1, 2 回 場所：久留米	HSBC SVNS 2024 シンガポー ル大会 3～5 日  太陽生命ウィメンズ	18～22 日 オリジナルスコッ ド熊谷合宿	太陽生命ウィメンズ セブンズシリーズ 2024 第 3 戦 5～6 日 鈴鹿大会 7 位

		セブンズシリーズ 2024 第 3 戦 5~6 日 鈴鹿大会 太陽生命ウィメンズセブンズシ リーズ 2024 第 4 戦 25~26 日 花園大会		太陽生命ウィメンズセブンズ シリーズ 2024 第 4 戦 25~ 26 日花園大会 4 位 総合成績 6 位
6 月	スキル練習 週 2、3 回 ウェイトトレーニング 週 2 回 場所：久留米	HSBC SVNS 2024 マドリード 大会 5/31~2 日 10~12 日 世界学生選手権 2024 (7 人制ラグビー)	2~5 日 学生日本代表合宿 学生・フランス遠征 14~23 日 オリンピックスコッド オーストラリア遠征	10~12 日 世界学生選手権 2024 (7 人制ラグビー) フラ ンス大会 優勝
7 月	スキル練習 週 1, 2 回 ウェイトトレーニング 週 1.2 回 場所：久留米  個人トレーニング	28~30 日第 39 回夏季オリンピ ック競技大会 パリ 2024 13~14 日 college sevens		13~14 日 College sevens 場所：熊谷 久留米大学として出場 9 位
8 月	全体オフシーズン 個人トレーニング 場所：久留米、富山県	17~18 日国体予選	27~30 日 SDS 弘前合宿	17~18 日国体予選 場所：石川県 北信越ブロック 3 位
9 月	スキル練習 週 1.22 回 ウェイトトレーニング 週 1.2 回 場所：久留米	7~8 日 アジアラグビーセブン ズシリーズ 2024 韓国大会 21~22 日 アジアラグビーセブ ンズシリーズ 2024 中国大会	8/31~3 日 SDS 福岡合宿 14~16 日 SDS 熊谷合宿	7~8 日 アジアラグビーセブ ンズシリーズ 2024 韓国大会 3 位

					21~22日 アジアラグビーセ ブンズシリーズ 2024 中国大 会 2位
--	--	--	--	--	---------------------------------------------

下 半 期	10月	スキル練習 週2回 ウエイトトレーニング週1.2回 場所：久留米		17~24日 SDS熊谷合宿	
	11月	スキル練習 週2回 ウエイトトレーニング週1.2回 場所：久留米	9~10日 アジアラグビー セブンスシリーズ2024 バンコク大会  HSBC SVNS 2025 30~12/1 ドバイ大会	2~5日 SDS福岡合宿 18~24日 SDS沖縄合宿	2~11日 アジアラグビー セブンスシリーズ2024 バンコク大会 1位  30~12/1 HSBC SVNS 2025 ドバイ大会 7位
	12月	スキル練習 週2回 ウエイトトレーニング週1回 場所：久留米	HSBC SVNS 2025 7~8日 ケープタウン大会		7~8日 HSBC SVNS 2025 ケープタウン大会 6位
	1月	スキル練習 週2、3回 ウエイトトレーニング週1.2回 場所：久留米	HSBC SVNS 2025 24~26日 パース大会	12~18日 SDS鹿児島合宿	24~26日 HSBC SVNS 2025 パース大会 5位
	2月	スキル練習 週2.3回 ウエイトトレーニング週1.2回 場所：久留米	HSBC SVNS 2025 22~23日 バンクーバー 大会	10~16日 SDS福岡合宿	8~9日 北洋建設ナナイロカ ップ2025 優勝 21~23日 HSBC SVNS 2025 バンクーバー大会 4位

	3月	スキル練習 週 3.4回 ウェイトトレーニング週 1回 場所：久留米	HSBC SVNS 2025 28~30日 香港大会	17~23日 SDS 福岡合宿	
--	----	------------------------------------------	-------------------------------	-----------------	--