

令和 6 年度活動計画兼報告書

氏名： 永田 花菜

		計 画		実 績	
				※計画からの変更点や結果を記載	
		練習	試合等	練習	試合等【※公開情報】
		(日程 (頻度)・内容・場所)	(日程・名称・場所)	(日程 (頻度)・内容・場所)	(日程・名称・場所・結果)
上半期	4 月	週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング (福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く		追加 4/13～4/15 女子 7 人制リコンディショニング合宿 (埼玉・熊谷ラグビー場)	
	5 月	5/18～5/22 オリンピックスコッド熊谷合宿 (埼玉・熊谷ラグビー場)	5/6～5/6 太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ 2024 第 3 戦三重大会 (三重・鈴鹿ラグビー場)	追加 5/10～5/12 女子 7 人制リコンディショニング合宿 (埼玉・熊谷ラグビー場)	追加 5/25～5/26 太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ 2024 第 4 戦花園大会 (大阪・花園ラグビー場) 大会結果：4 位 総合順位：6 位
		5/23～6/3 女子セブンス日本代表スペイン合宿	5/31～6/2 ワールドラグビーセブンズ 2024 マドリード大会	変更 5/23～6/3 女子セブンス日本代表スペイン合宿 参加せず	変更 5/6～5/6 太陽生命ウィメンズセブンズシリーズ 2024 第 3 戦三重大会 (三重・鈴鹿ラグビー場) 参加せず 5/31～6/2 ワールドラグビーセブンズ 2024 マドリード大会 参加せず
	6 月	6/14～6/23 オリンピックスコッドオーストラリア強化遠征			
週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング (福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く					
7 月	7/15～ 第 39 回夏季オリンピック競技大会パリ 2024 ラグビー女子日本代表フランス遠征	7/28～7/30 第 39 回夏季オリンピック競技大会パリ 2024 7 人制ラグビー女子	変更 7/15～ 第 39 回夏季オリンピック競技大会パリ 2024 ラグビー女子日本代表フランス遠征 参加せず	変更 7/28～7/30 第 39 回夏季オリンピック競技大会パリ 2024 7 人制ラグビー女子 参加せず	

		<p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング (福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>			
8 月	<p>週 2 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング (福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>	<p>8/23～8/25 令和 6 年度第 44 回九州地区国民スポーツ大会 (宮崎・ひなた県総合運動公園ラグビー場)</p>	<p>追加 8/27～8/30 女子 SDS 弘前合宿 (弘前・弘前運動公園競技場)</p>	<p>追加 8/23～8/25 令和 6 年度第 44 回九州地区国民スポーツ大会 (宮崎・ひなた県総合運動公園ラグビー場) 大会結果：優勝</p>	
9 月	<p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング (福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>	<p>9/21、9/22 アジアセブンズシリーズ杭州大会 (杭州・Hangzhou Normal University Cangqian Athletics Field)</p>	<p>追加 9/14～9/16 女子 SDS 熊谷合宿 (埼玉・熊谷ラグビー場) 9/17～9/23 女子 7 人制日本代表中国遠征</p>	<p>追加 9/21、9/22 アジアセブンズシリーズ杭州大会 (杭州・Hangzhou Normal University Cangqian Athletics Field) 大会結果：2 位</p>	

下 半 期	10月	<p>10/18～10/24 女子 SDS 熊谷合宿（埼玉・熊谷ラグビー場）</p> <p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング（福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム） ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>	<p>10/8、10/10 第 78 回国民スポーツ大会（SAGA2024）ラグビーフットボール競技会（佐賀・SAGA サンライズパーク）</p>	<p>追加 10/5～10/10 第 78 回国民スポーツ大会ラグビーフットボール競技会 女子福岡県代表練習合宿（福岡、佐賀）</p>	<p>追加 10/8、10/10 第 78 回国民スポーツ大会（SAGA2024）ラグビーフットボール競技会（佐賀・SAGA サンライズパーク） 大会結果：優勝</p>
	11月	<p>11/2～11/5 女子 SDS 久留米合宿（福岡県・久留米大学医学部グラウンド）</p> <p>11/5～11/11 女子 7 人制日本代表タイ遠征</p> <p>11/18～11/24 女子 SDS 沖縄合宿（沖縄・21 世紀の森公園 ラグビー場）</p> <p>11/24～12/10 女子 7 人制日本代表ドバイ・ケープタウン遠征</p> <p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング（福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム） ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>	<p>11/9、11/10 アジアセブンズシリーズバンコク大会（バンコク・Boonyachinda Stadium）</p> <p>11/30、12/1 HSBC SVNS ドバイ大会（アラブ首長国連邦・The SEVENS Stadium）</p>	<p>追加 11/9、11/10 アジアセブンズシリーズバンコク大会（バンコク・Boonyachinda Stadium） 大会結果：1 位 総合順位 2 位</p> <p>11/30、12/1 HSBC SVNS ドバイ大会（アラブ首長国連邦・The SEVENS Stadium） 大会結果：7 位</p>	
	12月	<p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング（福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム） ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>	<p>12/7～12/8 HSBC SVNS ケープタウン大会（南アフリカ・Cape Town Stadium）</p>	<p>追加 12/17～12/23 女子 SDS 別府合宿（大分・実相寺多目的グラウンド）</p>	<p>追加 12/7～12/8 HSBC SVNS ケープタウン大会（南アフリカ・Cape Town Stadium） 大会結果：6 位</p>
	1月	<p>1/12～1/17 女子 SDS 鹿児島合宿（鹿児島・鴨池緑地球技場）</p> <p>1/18～1/28 女子 7 人制日本代表オーストラリア遠征</p> <p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング</p>	<p>1/24、1/25、1/26 HSBC SVNS パース大会（南アフリカ・HBF Park）</p>	<p>追加 1/24、1/25、1/26 HSBC SVNS パース大会（南アフリカ・HBF Park） 大会結果：5 位（過去最高位タイ）</p>	

	<p>(福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>			
2月	<p>2/10～2/16 女子 SDS 福岡合宿 (福岡・JAPAN BASE)</p> <p>2/16～2/25 女子 7 人制日本代表バンクーバー遠征</p> <p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング (福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>	<p>2/8、2/9 北洋建設 presents NANAIRO CUP 北九州 (ミクニワールドスタジアム北九州)</p> <p>2/22、2/23、2/24 HSBC SVNS バンクーバー大会 (カナダ・BC PLACE STADIUM)</p>		<p>追加 2/8、2/9 北洋建設 presents NANAIRO CUP 北九州 (ミクニワールドスタジアム北九州) 大会結果：優勝</p> <p>2/22、2/23、2/24 HSBC SVNS バンクーバー大会 (カナダ・BC PLACE STADIUM) 大会結果：4 位 (過去最高位)</p>
3月	<p>3/17～3/23 女子 SDS 福岡合宿 (福岡・JAPAN BASE)</p> <p>3/23～3/31 女子 7 人制日本代表香港遠征</p> <p>週 5 日 午後 1 時間半～2 時間 ラグビートレーニング、ウエイトトレーニング、フィットネストレーニング (福岡県・久留米大学医学部グラウンド、ジム) ※強化合宿・海外遠征期間を除く</p>	<p>3/28、3/29、3/30 HSBC SVNS 香港大会 (香港・Kai Tak Sport Park)</p>		<p>追加 3/28、3/29、3/30 HSBC SVNS 香港大会 (香港・Kai Tak Sport Park) 大会結果：7 位</p>