

集中治療合宿風景 2016.12 (1)

山内整骨院

▼大野治療所3Fリビングにて昼御飯 サーロインステーキ、美味しい〜♡ (2016.12.1)



大石君・雑賀君



院長・勢田君



山内君・森田君



山内のオバちゃん・西村君

集中治療合宿風景 2016.12 (2)

山内整骨院

▼大野治療所2Fトレーニング室にて

(2016.11.5)

股関節活性化トレーニング(サンドバックの蹴り込み) ※ インターバルに必ずストレッチ



▼ストレッチ&トレーニング等、院長から指示された事は、

「合宿中も、帰ってからも、必ず毎日続けるように！」

続ければ、パフォーマンスは向上！サボれば、後退！

サンドバックの蹴り込み

1 ; 森田君 2 ; 雑賀君 3 ; 山内君 4 ; 西村君 5 ; 勢田君 6 ; 大石君

## 集中治療合宿風景 2016.12 (3)

山内整骨院

本日より、立正大学淞南高校の、2年；井奥勘太君・福村勇翔君・藤原大智君、1年；武田龍君・友杉篤輝君・福嶋陸君が、井上コーチ・佐藤コーチの引率で、合宿入り。初日で緊張気味の面々（笑）。

▼大野治療所3Fリビングにて昼ご飯 寒ぶりのお刺身、さつま汁、美味しい〜♡ (2016.12.8)



院長・友杉君・藤原君



佐藤コーチ・井上コーチ



井奥君・武田君



福嶋君・福村君

集中治療合宿風景 2016.12 (4)

山内整骨院

▼毎日の晒まき ▼キッチンにて朝ご飯作りの手伝い オムレツに挑戦 (2016.12.10)



悪戦苦闘の友杉君 上手に卵を割る井奥君・福嶋君 福村君 武田君 藤原君

▼大野治療所 3F リビング・1F 治療室にて 院長、体重移動の指導 (2016.12.10)



▼ストレッチ・体重移動等、「合宿中も、帰ってからも、必ず毎日続けるように！」

続ければ、パフォーマンスは向上！ サボれば、後退！

※ 本日週末のみ、杉原竜希君（琵琶湖成蹊スポーツ大学・1年）と、平野拓成君（小松大谷高校・3年）が合宿入り。

▼キッチンにて皿洗い当番 「お母さんは毎日大変なんだなあ〜」 ▼朝ご飯(2016.12.11)



A 班；友杉君・福嶋君

B 班；福村君・井奥君・藤原君・平野君

杉原君

集中治療合宿風景 2016.12 (5)

山内整骨院

▼大野治療所2Fトレーニング室にて

(2016.12.11)



前列左より；平野君・院長・藤原君、 後列左より；福嶋君・武田君・友杉君・福村君・井奥君

▼大野市内の「そば処・梅林」にて 大野名物「しょう油かつ丼」美味しい～♡ (2016.12.11)



左より；院長・藤原君・福嶋君・武田君・友杉君・福村君・井奥君・平野君

集中治療合宿風景 2016.12 (6)

山内整骨院

▼大野治療所3Fリビングにて晩ご飯

キムチ鍋、美味しい〜♡

(2016.12.12)



「鍋なんて、久しぶり〜♡」と大喜びの寮生♪♪「美味しい〜♡」「腹いっぱい♡」

▼大野治療所3Fリビングにて院長と腹筋勝負!!「還暦の院長に負けないぞ!」のはずが・・・



「うう〜(-\_-)」結局院長の半分も出来なかった高校生達。院長、楽に150回。「まだ行けるぞ〜」と笑顔。



◀大野市内の「あっ宝んど」のお風呂に入る

「腹筋負けたら連れて行かないぞ!」と、脅かしていた院長ですが、結局連れて行ってくれました(笑)

あ〜気持ちよかった♡

(2016.12.12)

もう、クリスマス・ツリーが飾ってありました。

前列左より；福村君・藤原君・院長  
後列左より；友杉君・武田君・井奥君・福嶋君

集中治療合宿風景 2016.12 (7)

山内整骨院

▼大野治療所3Fリビングにて昼御飯 サーロインステーキ、美味しい〜♡ (2016.12.15)



「ステーキなんて、久しぶりだあ〜♡ うま〜♡」と、感激の寮生達。写真パチパチ撮ってました(笑)



友杉君・院長・福村君



藤原君・井奥君



福嶋君・武田君



「焼き加減は、どうかな〜♡」

集中治療合宿風景

2016.12 (8)

山内整骨院

▼大野治療所屋上にて

背景は百名山の一つの、荒島岳 ♡

(2016.12.15)



左より；武田君・友杉君・院長・福嶋君・藤原君・井奥君・福村君。男前の勢揃い！景色・空気、最高！

▼大野治療所2Fトレーニング室にて

(2016.12.15)

股関節活性化トレーニング（サンドバックの蹴り込み）※ インターバルに必ずストレッチ



▼ストレッチ&トレーニング等、院長から指示された事は、「合宿中も、帰ってからも、必ず毎日続けるように！」 続ければ、パフォーマンスは向上！ サボれば、後退！

▼一日の終わりにノートつけ

▼朝から院長に「太れ」コール（笑）

▼自分の洗濯物は自分で干します



## 集中治療合宿風景 2016.12 (9)

山内整骨院

20日より、日大豊山高校2年の高橋将徒梓君・平野樹君・真木雄太郎君、福島高校2年の大内遼河君、福島・須賀川高校1年の小濃慶大君・小原歩夢君・小原佑輔君、21日より長崎総合科学大学附属高校1年の西本光貴君・松尾昇竜君が合宿入り。総勢9名になりました。

### ▼大野治療所3Fリビングにて晩ご飯

初日で緊張気味の面々(笑)

(2016.12.20)



小原(佑)君・大内君・小原(歩)君・小濃君



高橋君・真木君・平野君

### ▼大野治療所2Fトレーニング室にて

### ▼大野治療所3Fにて朝ご飯 (2016.12.21)



院長が投球フォームを撮影してチェック。



院長・平野君・大内君・真木君

### ▼大野治療所3Fにて朝ご飯

(2016.12.21)

### ▼大野治療所玄関前にて



左より；小原(佑)君・高橋君・院長・平野君・  
大内君・真木君・小原(歩)君・小濃君



### 大野治療所3Fリビングにて晩ご飯 ▶

21日午後より合宿入りした、  
松尾君・西本君。



集中治療合宿風景 2016.12 (10)

山内整骨院

▼大野治療所3Fキッチンにて朝ご飯作りの手伝い

オムレツに挑戦

(2016.12.22)



皆、よくお手伝い♡



真木君



西本君



大内君



松尾君



平野君



小原(歩)君



小原(佑)君



小濃君



高橋君

▼大野治療所3Fキッチンにて皿洗い当番「お母さんは毎日大変なんだなあ〜」(2016.12.22)



山内のオバちゃん・松尾君・真木君。高橋君・平野君・小原(佑)君・西本君。大内君・小原(歩)君・小濃君



▼自分の洗濯物は自分で干します

▼自由時間

皆でトランプ

(2016.12.22)



高橋君・平野君



「大富豪」のやり方を説明する真木君。ルールが一杯あってややこしい〜(笑)



集中治療合宿風景 2016.12 (11)

山内整骨院

▼大野治療所2Fトレーニング室にて 股関節活性化トレーニング(サンドバックの蹴り込み)  
および、体重移動の練習 ※ インターバルに必ずストレッチ (2016.12.22)



▼ストレッチ&体重移動等、院長から指示された事は、「合宿中も、帰ってからも、必ず毎日続けるように!」 続ければ、パフォーマンスは向上! サボれば、後退!

▼大野治療所3Fリビングにて晩ご飯 寒ぶりのお刺身、さつま汁、美味しい〜♡ (2016.12.22)



今旬の寒ぶり、本当に美味しい〜♡



小原(佑)君・小原(歩)君・院長



真木君・平野君・高橋君



松尾君・西本君



大内君・小濃君

集中治療合宿風景 2016.12 (12)

山内整骨院

▼大野市内の「福そば」にて大野名物「しょう油かつ丼」・「ざるそば」美味しい～ ♡(2016.12.23)



▼大野治療所3Fリビングにて クリスマス・イブの晩御飯 ♡ (2016.12.24)



小原（佑）君・小濃君・小原（歩）君・院長・平野君・高橋君・真木君・西本君・松尾君・大内君

「メリークリスマス ♡ かんぱーい」 ちなみに、クリスマスは何の日か知っていたのは、二人でした（笑）



院長・平野君・高橋君・真木君・西本君

サンタさんは小原（歩）君♡ ケーキは一人2個 ♡

この後皆でゲームと、隠し芸を披露 ♡ 真木君の芸に拍手喝采 ♡

## 集中治療合宿風景 2016.12 (13)

山内整骨院

### ▼市内の「そば処・梅林」にて(2016.12.25)

大野名物「しょう油かつ丼・ざるそば」美味しい～♡



真木君・平野君・高橋君・西本君・大内君・松尾君  
・小原(佑)君・小原(歩)君・小濃君・院長

### ▼院長命令でお代わり(苦笑)

院長いわく「沢山食わんと、大きくならんぞ！」



小原(佑)君



松尾君

### ▼大野治療所3Fリビングにて晩ご飯



キムチ鍋、美味しい～♡

(2016.12.26)



高2の4人仲良くトランプ

27日より、松村亮太郎君(アメリカへ、テニス留学中・ケンタッキー大学・20歳)が合宿入り。

### ▼大野食堂にて晩御飯 (2016.12.25)



10人すっかり打ち解けました(笑)



右から2番目が、新しく合宿入りした松村君