

第25回市民総合 シニアバスケットボール大会in福岡



期間：2020年2月11日(火)

場所：福岡県福岡市東区香椎照葉

会場：照葉積水ハウスアリーナ

帯同者：下川聖哉・岩下将大

【帯同内容】

・試合前のコンディショニング

今回の試合は12時前後から試合のため、朝10時から選手の状態をチェックし、ストレッチ、テーピングを行いました。前回、静岡で評価させて頂いた選手は下肢の張りが強かったですが、下肢の柔軟性も改善してきており、状態の良さを感じました。しかし、仕事での重労働の為か、腰背部の緊張が高く疼痛も残存している状態でした。今回は腰背部のマッサージとストレッチにてリラクゼーションを中心に行いました。また、別の試合で軽度の足関節捻挫をしたとのことで足関節の外反を軽度強制し、テーピングを行いました。



【試合結果】

1試合目

対 鶴城Z 73-46で勝利

1Qからチームワークの良さも出ており流れを相手には渡さず3Pシュートを決める場面も多々ありました。選手もシュートを決めるなどチーム一丸となり勝利しました。



2試合目

対 juicy 55-53で勝利

1試合目の疲労もありましたが1Qからシュート、リバウンドも相手より多くありリードしていましたが、相手もチームプレーはよく決められるシーンもありシーソーゲーム状態。応援ベンチからも声援、指示が出ており白熱した試合でした。白熱しファールが多く出るなど怪我の心配もありましたが、1人も大きな怪我をせず無事に勝利することができました。

【終わりに】



今回、治療させて頂いた選手の状態としては以前よりも下肢の柔軟性も向上しており、身体も仕上がって来ている状態ではありましたが、仕事での負担もあり腰背部の張りが強かったため、腰部へのアプローチを重点的に行わせて頂きました。選手達は、試合を全力で行う為の準備が徹底されている方もおられました。そんな方々を相手にすると自分自身もっと努力する必要があると感じました。また、そんな方々と触れ合う機会があると意識が高まります。

このような機会を頂き心より感謝申し上げます。この経験を無駄にせず、自分自身の成長のため、当クリニックやリハビリ部の更なる発展のために活かしていきたいと思えます。

