令和8年
11月　6日
第89号

石商通信　『独立自尊』

『石商合同トレーニング』

１１月５日（木）放課後、本校武道場にTRX（自重トレーニング機器）を新しく設置したことを受け、大崎市よりSPORTSプラス所属　伊澤海晴　様をお迎えし、TRXの使用方法や効果的トレーニングのご指導をいただきました！
石商祭の準備等もあり、参加者は多くありませんでしたが、柔道部・弓道部・カヌー部・陸上競技部の生徒が参加し、『合同トレーニング』を行いました！















