





学生時代とスポーツ ウェイトリフティング

地道に練習重ね オリンピック目指す



中林正剛さん (65) 城西大学理学部 学生課長 倉持孝幸 倉持孝幸 倉持孝幸

ウェイトリフティングを始めたのは高校1年生の時... 練習は朝・昼・放課後行い、通学は足腰強化のため...

オリンピックだったので、どんな辛い練習でもできて... その後、着々と記録を伸ばしていき、大学3年...



自ら考え・行動・成長 サッカー部



天童杯全日本サッカー選手権出場や関東大学サッカーリーグ戦に2回昇格するなど...



プロフィール 部員数 70人 活動場所 城西大学総合グラウンド... 試合日程 4月 埼玉東大学サッカー選手権...

女子ソフトボール部



8月後半に開催するインカレで、優勝するという目標に向かって日々練習している...

有力新生 蟹沢夏帆 (埼玉・星野) 城西国体第3位... 榎本千波 (埼玉・花咲徳栄) 全国選抜大会ベスト8...

目標はインカレ制覇

関東制覇 そして全日本へ 女子駅伝部

一番の目標は、10月に行われる全日本大学女子駅伝大会での優勝だ...



プロフィール 部員数 26人 顧問 橋内典典... 試合日程 5月 関東インカレ... ポイント練習の様子...

Essay 出会い、環境、そして目標

雪国で学位とスキー指導員資格を取得

金本都男 (薬学部教授)

私は、富山の薬売り……ではないが、繰って4年前に富山から埼玉へやってきました...

期間は週に2〜3日くらいのペースでスキー場に出かけた... 城西大学でスポーツに親しむ学生諸君にとって...



試合を想定した練習中の選手たち。手前は高橋が期待される宮田元二 (経営2)

3、4年生の実力安定

弓道部 中関東1部リーグに所属している。昨年は惜しくも、伊勢神宮での王座...

プロフィール 部員数 19人 活動場所 城西大学体育館1階弓道場... 試合日程 4月 春学期大会...

今年こそ2部昇格を 準硬式野球部



東都大リーグに所属している。関東選手権、春季、秋季リーグに向け日々練習中...

プロフィール 部員数 25人+ (マネージャー1人) 活動場所 城西大学グラウンド...

PS Pharmacy x Sport

筋肉トレーニングは知識をつけて効率的に行えば、自分が理想とする体作りができる...

食事管理を考えた筋肉トレーニング 低脂肪のタンパク質食品をとろう

ある。もしトレーニングが1月1回しかできない時期があっても食事管理だけならできる範囲で続けてください...

このタンパク質が必要なため、タンパク質を摂ることが重要である。タンパク質食品には肉類、魚類、卵、大豆製品などがある...

チーム一丸 リーグ昇格狙う バスケットボール部



4年生をへ、3年生を0人、2年生を8人、マネージャー4人の計18人で活動している...

プロフィール 部員数 18人 活動場所 城西大学体育館... 試合日程 3月24日~4月4日 関東選手権...

活躍する卒業生

城西大学野球部監督 藤原浩二さん (現職) 埼玉西武ライオンズ...

森本 雅憲

城西大学理学部 理学部 理学科 2期生 事務 希望を抱いて、大学の門をくぐって...

佐藤 鉄也

城西大学理学部 理学部 理学科 2期生 事務 希望を抱いて、大学の門をくぐって...

横手 忠

城西大学理学部 理学部 理学科 2期生 事務 希望を抱いて、大学の門をくぐって...

森本 雅憲

城西大学理学部 理学部 理学科 2期生 事務 希望を抱いて、大学の門をくぐって...

関東1部優勝の実力あり 男子ソフトボール部

関東大学西戸グラウンドで活動している。部長は石井雅章 (現代政経)...

活躍する卒業生

城西大学野球部監督 藤原浩二さん (現職) 埼玉西武ライオンズ...

森本 雅憲

城西大学理学部 理学部 理学科 2期生 事務 希望を抱いて、大学の門をくぐって...

新入生に贈る言葉

ここに新たに多くの新入生を迎えたこと大きな喜びを感じています...