



ボート

レスリング

トライアウト

ウェイトリフティング

なぎなた



トライアウトでは4つの競技を対象に専門実技テストを行いました。競技団体の講師に競技適性を見もらうことで、将来に向けて自分の可能性を見出す機会になりました。アスリート生は真剣な面持ちでトライアウトに臨んでいました。



第22回育成プログラム 2019.12.14

ホッケー体験



次回(1/18)のプログラム

キッズ

- ・スポーツライミング体験
- ・レスリング体験

ジュニア

- ・トライアウト

シニア

- ・セルフケア
- ・プレゼン発表



小学生を対象に行われたホッケー体験は、まず鬼ごっこや馬跳びで体をほぐした後、スティックの持ち方とボールの扱い方など、基本的な動作を習いました。後半ではゲームができるまで上達するほど、アスリート生の習得の速さには目を見張るものがありました。



スポーツジム



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。