第６号 平成３０年　６月１６日
宮崎ワールドアスリート発掘・育成プロジェクト実行委員会事務局

WAP NEWS

世界のパスウェイはここから始まる

特別プログラム　陸上競技体験

スポーツする上で必要となる柔らかい身体を作る方法を具体的に教えていただきました。

今後の自宅課題に取り入れたい内容ばかりでした。

小６

ハンドボール体験

ランニングや馬跳びで身体を温めた後、ボールハンドリング、パス、２種類のシュート等、ハンドボールに必要な技能を学びました。プログラムの後半ではミニゲームを行い、イキイキとした顔が印象的でした。

自然と体が動くように、自分がしたいと思っている動きを常にイメージすることが大切だということを学びました。

メンタル

ワクワクすることは何ですか？

WAP キッズ

・・コミュニケーション・・

県立宮崎看護大学の江藤先生から、アスリートとして大切なコミュニケーションについて学びました。
自分の夢を熱く語り、友達の夢に耳を傾け、お互いに叶えんとする絆を結びました。

WAP ジュニア

第5回育成プログラム

第1回ヒアリング

パスウェイプログラム第１回ヒアリングを、ＷＡＰシニア全員を対象に実施しました。
現段階の競技選択に向けての考えや今後の目標確認等を行い、充実した時間になりました。

WAP シニア

・・陸上競技体験・・

「走」あらゆる競技種目で必要となる基本動作の一つ。

ハードルなどを使って、速く走るためのコツを教えていただきました。

次回(7/8)のプログラム

キッズ
- コオーディネーション
- カヌー体験

ジュニア
- セーリング体験

シニア
- トライアウト

スポーツくじ toto BIG
私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。