

# WAPニュース

## 第24回育成プログラム

寒風吹きすさぶなか 1期生は自転車競技とホッケーに励みました

2月4日(日)、1期生は中学2年が県総合運動公園自転車競技場で自転車競技を、小学6年は同公園ホッケー競技場でホッケー競技を体験しました。

2期生は中学1年が県総合運動公園トレーニング場で「ウエイトトレーニング」を体験後、武道館で知的能力開発プログラム「アスリート食」を受講しました。小学5年は青島青少年自然の家体育室で「フェンシング」、県総合運動公園トレーニング場で「ウエイトリフティング」を体験しました。



小6 ホッケー

マンツーマンでスティックの持ち方から教えて頂き、最後は練習試合を行いました。



小6 ホッケー



中2 自転車

コーンを用いたスキルトレーニングやミニ競争を行いました。



中2 自転車



小5 フェンシング

「前回より上手になったよ!」と講師の先生にほめられました。



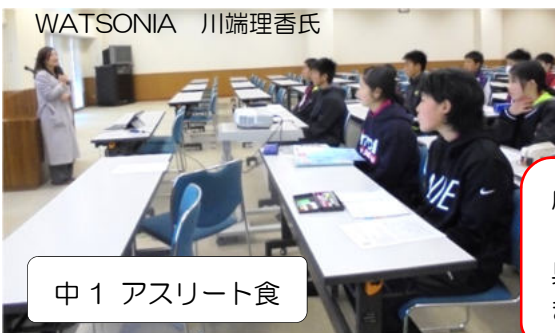
小5 ウエイトリフティング

前回の復習を行い、重量を自己申告しての模擬試合では、緊張感を味わいました。



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。

WATSONIA 川端理香氏



中1 アスリート食

成長期のアスリートの食事について、具体的に教えて頂きました。