

第26回育成プログラム

2期生はボート競技体験 昨日の雨も上がり絶好のボート日和!

2月17日(土)、1期生は宮崎県体育館において、小学6年のみコーディネーションを受講後、中2と小6は学年ごとに、メディカルチェックとバレーボール体験に臨みました。
2期生(中1・小5)は新富町体育館でメディカルチェック、富田浜漕艇場でボート競技を体験しました。
また、1期生保護者は県体育館、2期生保護者は新富町スポーツ交流センターにおいて、ファミリープログラム「アスリート食」を受講しました。



小6

上田先生による今年度最後のコーディネーショントレーニング。これまで取り組んできたトレーニングの復習を行いました。



小6

レシーブやスパイクなどバレーボールに必要な基礎的技術を練習し、ゲームも行いました。



中2



川端理香氏

ファミリープログラム「アスリート食」—ジュニア期の発達に必要な食の知識や、試合で勝つための強い体作りなどについて、保護者向けの講座を実施しました。



小6

アスレティックトレーナーの指導のもとメディカルチェックを受けて、現在の身体の状態を確認しました。



中2



清水希衣氏

競技用ボートに触れるのは初めてでしたが、ボートに乗って漕艇場の水をゆっくり漕ぎました。



小5



中1



中1



中1



小5