



ウェイトリフティング競技種目体験・トライアウト

県ウェイトリフティング協会の方々のご指導のもと、プログラムを実施しました。

ジュニアは、ウェイトリフティングの基本動作を学んだ後、スナッチとクリーン&ジャークにおいて、自身の最高記録に挑戦しました。シニアのトライアウトでは、ゴムジャンプとスクワットプレスに取り組み、それぞれの種目で全力を尽くしました。

各カテゴリーともに積極的に、自信のベストに挑戦することができました。



ホッケー競技種目体験・トライアウト

県ホッケー協会の方々のご指導のもと、プログラムを実施しました。

ジュニアの競技種目体験では、はじめにスティックの持ち方や基本的なルールなどの基礎的な内容を学び、その後は2人1組になって、ストロークやレシーブ、シュート練習に取り組みました。プログラムの最後にはゲーム形式を行いました。仲間と声を掛け合いながら積極的に取り組む姿勢が見られました。シニアのトライアウトでは、ストロークやドリブルなどの基本動作を通じて、競技に対する適性を評価していただきました。



〔WAP NEWS は県スポ協のホームページでもご覧いただけます。〕