

伊達市総合型地域スポーツクラブ 9月活動のようす

サッカー教室

9月10日(土)
ほばら大泉
グラウンド



暑い中での実施となりましたが、ラダーを使ったアジリティートレーニング、キックしてコーンを倒すゲームやミニゲームを楽しみました。大きいコーンを倒すのに苦戦していましたが最後は全員クリア🎯頑張りました!!

9月24日(土)
梁川体育館



雨予報の為、室内での練習になりました。ボールを持った鬼ごっこや、リフティングの練習をし、最後はミニゲームをしました。シュートが入るとみんなで喜びあって頑張っていました。

ダンス教室

9月3日(土)
保原小学校
小アリーナ



9月から参加のメンバーも加わり、にぎやかな教室となりました。曲も新たにSUPER★DRAGONのBrand New Musicという曲に合わせて振付を行いました。グループで動きを確認しながら練習中です。

9月17日(土)
保原小学校
小アリーナ



The Budos BandのChicago Falconという曲に合わせて振付を行いました。アップテンポな曲に苦戦しながらも、頑張っ振付を練習していました!

チャレンジスポーツ教室



9月10日(土)
ほばら大泉
テニスコート

硬式テニス教室全4回の最後の教室でした。今までの練習のおさらいと、実戦形式の練習を行いました。ラケットやボールの扱いにも慣れ、楽しそうにテニスをしていました。



9月24日(土)
霊山体育館

卓球教室の初回。ラケットのにぎり方、ボールつき、ボールの打ち方など、ひとりひとりに合わせた丁寧な指導のもと練習をしました。上達にはたくさんボールを打つことが大切です。

キッズスポーツ教室



9月3日(土)
保原小学校
大アリーナ

【脳トレ&運動】頭と体を動かす運動です。先生のかげ声に反応していろいろな動きをします。子どもだけでなく、大人も真剣になって参加していました。



9月17日(土)
保原小学校
大アリーナ

【投力UPあそび】さまざまな遊びを通して投げる力を鍛えました。紙鉄砲を使って投げるフォームの確認を行います。