

高SPO だより

高SPO事務局 ☎62-2991



あなたも

今より、もっと速く走れるかも!?

9月10日(水)、高森町民グラウンドで陸上教室を開きました。

今回は「運動会前の1回の練習で今より速くなる練習会」と題し、高SPOの子どもたち約45名が参加。陸上経験のある指導者が集まり、速く走るためのコツなどの指導を行いました。始めに、何も教えない状態でスタート練習をし、手と足が一緒だったり、コーアウトしたり…。そこから、陸上経験者による手の

振り方や足のあげ方等のトレーニングを学びました。最後には、フォームがとても良くなり、練習が終わっても「またやりたい!」との声もあり、次の教室が楽しみの方でした。

陸上教室の参加は、小学生以上から大人まで初心者大歓迎です。走ることが好きな人はもちろん、苦手な人も走ることが好きになること間違いなし!見学からでもお待ちしております。

一緒にやりませんか? ソフトテニス



今回、紹介する教室は…『ソフトテニス教室』!!

- 開催日時
毎週金曜日
20時~22時
- 会場
高森町民体育館

小学生以上を対象に、ソフトテニスの魅力を感じる楽しい活動をしています。初心者大歓迎!一緒にソフトテニスを楽しみましょう。



高SPOキッズ★優勝おめでとう

10月4日(土)、阿蘇市で「第19回火の山旗キッズサッカー大会」があり、高SPOキッズ・ジュニアサッカー教室の子どもたちが出場しました。

大会は、U・9の8人制で、子どもたちは予選リーグを通過し、見事優勝を獲得。日頃の練習の成果が実を結びました。

今後の子どもたちの活躍に期待します。

高SPOはスポーツ振興くじ(toto)の助成を受けた事業です。

<http://www.takaspo.jp/>
※スマホ、携帯からでも閲覧が可能です。FBページもぜひご覧ください!

