



2018年の締めくくり 冬の短期教室

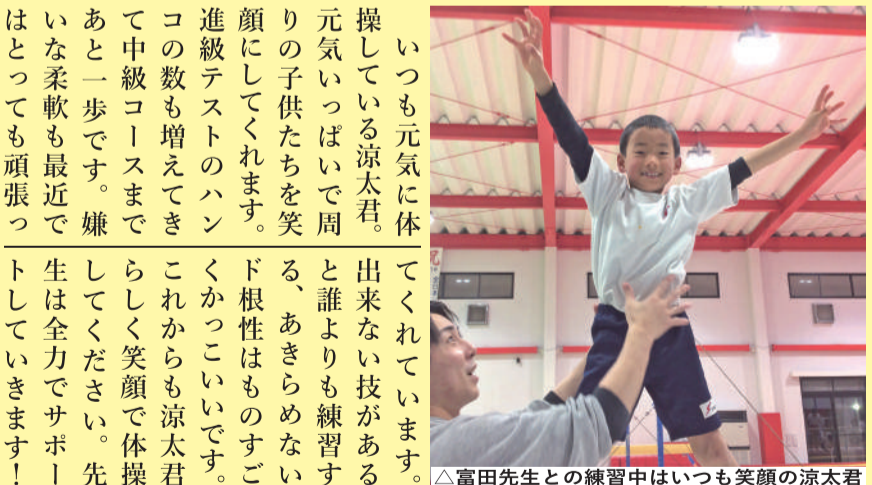
2019年が始まりました。子供たちと一緒に今年も成長していきたいと思っています。昨年の12月21日(金)〜27日(木)に行われた冬の短期教室に多くの子どもたちが強化練習へ参加をしていました。3月に行われる相好カップに向けた強化練習では新しい技の習得、指先やひざまで意識の届いた基礎練習など、真冬の寒さを吹き飛ばすほどの熱意で子供たちが練習に取り組みんでいました。真剣な表情から今年の大会への意気込みを感じることができました。大きな返事、きれいなポーズなど技以外にも大切な部分はたくさんあります。短期教室で練習したことを思い出しながら、相好カップまでの残りの期間を大切に、目標を達成できるように練習に取り組みしましょう。

ヘッドスプリングに果敢に挑戦！



伊藤 涼太くん(7)
初級コース
桑名教室

苦手なことも諦めない



いつも元気に体操している涼太君。元氣いっぱい周りの子供たちを笑顔にしてくれま

△富田先生との練習中はいつも笑顔の涼太君



素敵なプレゼント
12月25日のクリスマス。私たちの嬉しそうな顔は先生たちも喜んでくれて、子供たちもプレゼントに大喜びしていました。また、体操教室では2018年度最後の授業で、クリスマス会が開かれ、各教室で先生たちが考えたゲームに、友達と一緒に楽しみながら参加しているう！

体操を通して子供たちに伝えたいこと



12月24日(月)に三重県総合文化センターにてオリンピックメダリストの田中佑典選手と日本代表チームのコーチを務めた森泉貴博コーチによる講演会が行われました。自身の経験から体操を通して子供たちに学んでほしいこと、諦めない心の大切さなどをわかりやすく話してくれました。

た。メダリストの話を真剣に聞く子供たちの表情がとても印象的でした。特別な経験をすることができ、子供たちの今後の成長に大きく変化をもたらしてくれると思います。新しく始まる2019年の練習にこの経験をしっかりと生かしていきたいでしょう！

NEW シャープなラインが特徴の流れのあるデザイン。

echter TWIST



△友紀美先生と真剣に授業に取り組む子供たち

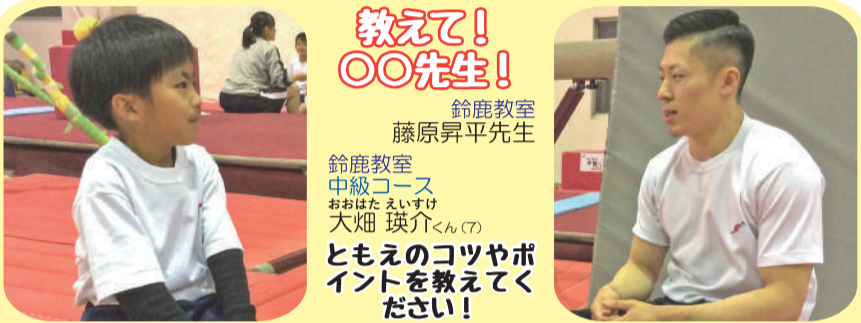
4人全員が一揃いのときは、いつも綺麗な体操座りや元気よく挨拶をしてくれます。鉄棒はみんな力持ちで逆上がりがとっても上手。空中逆上がりをたくさん練習して後少しで、できそうなところまで進んでいます。マットは倒立で支える力を身につけて、側転の練習をたくさんしています。少しずつ進んでいきますよ！

△人数は少ないけど友紀美先生と元気いっぱいに練習しているスギモトユツキちゃん、イドカオリちゃん、ホンダコウキくん、スギハラリュウタくんの4人。(右から)



△人数は少ないけど友紀美先生と元気いっぱいに練習しているスギモトユツキちゃん、イドカオリちゃん、ホンダコウキくん、スギハラリュウタくんの4人。(右から)笑顔で毎週練習に取り組んでくれています。

伊勢教室 友紀美先生担当
水曜日 15時初級コース



教えて! 〇〇先生!
鈴鹿教室 藤原昇平先生
鈴鹿教室 中級コース おおはたえいすけ 大畑 瑛介くん(7)
ともえのコツやポイントを教えてください!

藤原 ともえは、「大きな足振り」の「体は一直線で肩を回す」「手を首を返す」「背中を丸めて鉄棒を押す」が大切だ。何かがやらない練習方法はないか、藤原は「鉄棒は、さくさく空中逆上がり2連続に上りたよ。」と、藤原 鉄棒とお腹がくっつかずこの時、背中を丸めて、お尻を上げない姿勢をキープして秒数をカウント。筋肉をカウント。筋が大切だよ? 瑛介 確かにそのトレーニングはできていないよ。



さいとう 齋藤みやび(伊勢) もりちづる 森千鶴(津) しむらしようすけ 西村翔汰(松阪)

まずは演技を覚えよう!

相好カップの申し込みが始まって3週間がたちました。各教室でも大会に向けて、「演技」の練習が始まっています。ここでは、演技の大会では、1つの「演技」を作り出す。簡単な技でも、頭の中で考えながら動く。順番が分からなくなってしまうこともありますが、分かってきたら、ライバルから一歩リードすることもできます。動画を見て演技を覚えよう!

相好カップの申し込みが始まって3週間がたちました。各教室でも大会に向けて、「演技」の練習が始まっています。ここでは、演技の大会では、1つの「演技」を作り出す。簡単な技でも、頭の中で考えながら動く。順番が分からなくなってしまうこともありますが、分かってきたら、ライバルから一歩リードすることもできます。動画を見て演技を覚えよう!

HAPPY BIRTHDAY
1月10日は「110番の日」
1948年からGHQの勅告により110番の使用が開始。始めは地域によって1110番、118番など番号が違っていたのを、1954年に全国で110番に統一された。



絶対中級になる!
by 森下 佑月ちゃん
もり 佑月 (7)

体動かすことがとっても大好きな女の子

もり 琥太郎くん (8)	たなか 優稀くん (11)	みずたに 禅くん (8)
ささき 凜人くん (6)	もりもと 丈士くん (4)	
たぐち 美波ちゃん (8)	やまご 露葉ちゃん (12)	計 272人

1月生まれ



四日市教室 上級コース 菊池先生担当 土曜13時
△厳しくも愛情たっぷりの菊池先生の授業を受ける、マツヤマハルトくん、タケダユウリくん、ハトリソウイチくん、(上段右から)カトウハナちゃん、ヤナギノマリちゃん、マツナガツムギちゃん、マツヤマヒヨリちゃん、シンジランちゃん、アンドウユズちゃん(下段右から)の9人。

△基本的な技の倒立やブリッジからひざ、つま先まで意識して練習に取り組む子供たち。

* 1月のよてい * 1/1~2/10						
月	火	水	木	金	土	日
12/31	1/1	2	3	4	5	6
	年末年始の日の休講(1/1日~1/3日)			授業開始! 選手編入テスト		チャレンジ☆ トランポリン
7	8	9	10	11	12	13
第2回 引き落とし日			sohgooh 通信 1月号発刊			
14	15	16	17	18	19	20
	届出締め日					
21	22	23	24	25	26	27
						相好カップ 受付締め切り!
28	29	30	31	2/1	2	3
引き落とし日						
4	5	6	7	8	9	10
	第2回 引き落とし日					sohgooh 通信 2月号発刊

流衣くんのポイント
毎回とっても大きな声で種目の挨拶をしてくれている

中級コースで体操を頑張っている小学1年生の流衣くん。いつも大きな声で種目の挨拶をしてくれています。先生に技のコツを聞いて試してみたり、難しい技にも前向きにチャレンジしています。3月の相好カップに向けて先生と一緒に頑張っています!



△真剣にトレーニングをする流衣くん