

# 安里先生・成見先生おめでとう!



# 世界選手権代表決定

夏の大会 全力で戦いぬく  
国内トップレベルの成績残す

今年の夏、オリンピックで日本中が盛り上がりを見せている中、相好体操クラブ社会人競技部、選手コースも夏の試合を戦いぬきました。地元開催であった国体が中止になるなど選手、監督にとっても厳しい状況がありました。その中でも数々の快挙を成し遂げました。伊賀教室の安里圭亮先生、トランポリンクラブの太村成見先生が10月17日から北九州市(体操)、11月15日からアゼルバイジャン(トランポリン)にて開催される世界選手権の日本代表に選出されました。安里先生は2度目の、成見先生はトランポリン部で初となる日本代表の切符を手に入れました。ジュニアの部門では今年も多く選手たちが東西の予選会を勝ち抜き、全日本ジュニア大会への出場を果たしました。その中でも、中野心愛選手がBクラスの部門で個人総合優勝の成績を残しました。高校生部門では、インター

ハイで女子初となる団体3位。クラブの選抜メンバーでも団体3位入賞を果たすなど、今年も多く輝かしい成績を残すことができました。目標を立て、そこに向けて計画的に練習を積み重ねていく。それはきっと、こどもたちも同じだと思います。毎回の練習を積み重ねることで新しい技を覚えて、テストで成功させる。そうして新たな目標を設定して挑戦する。すでに来年への戦いは始まっています。さらなる高みを目指して、練習に取り組んでもらいたいです。(大嶽 晃久)



△団体3位の成績を残したクラブの選抜メンバー



マットの転回が成功!  
目標は上級への進級

さわだ いつき 津田 樹輝くん(7) 中級コース 津教室

活力にあふれている樹輝くんは現在、中級コースにお兄ちゃんと一緒に通ってくれています。いつも準備運動やあいさつの時に大きな声を出してくれていて、練習中は全力で楽しんでくれていました。時々、待っている時に遊んでいて注意されることもありますが、どんな技にも怖がることなく挑戦し、真剣に練習しています。そんな樹輝くんですが、長い間マットの転回に

苦戦していました。しかし、練習を重ねることで進級テスト前に転回ができるようになりました。8月の進級テストでも見事に成功させてくれて、満面の笑顔を見せてくれました。出来なかつたことが出来るようになるという経験は貴重で大切です。この調子で次の進級テストでは鉄棒の空中前回りが出てくるように先生と練習頑張ってくださいませ!

(記事:小西先生)



冬の短期教室 受付開始は11月中旬予定  
今年の締めくくりは体操で決まり!  
12月21日(火) 26日(日)の期間で行われる予定の冬休み短期教室。寒くなるこの時期、体を動かす機会も減ってしまったり、人間が消費するエネルギーの70%は「基礎

代謝」であり、生きていくだけでエネルギーを消費します。基礎代謝量が落ちると筋肉の量が減ったり、免疫力が下がることが体調を崩しやすくなってしまいます。これらを防ぐためにも、運動をすることがとても大切です。寒さが厳しくなる冬の時期だからこそ体調の管理をしつかりと行い、さらなるレベルアップのために練習していきましょう!

(大嶽 晃久)

## ☆進級・バッジテスト実施日☆

11月16日(火)～11月21日(日)

※バッジテスト

11月23日(火)～11月28日(日)

※進級テスト

上記の日程で進級・バッジテストを行います。2021年最後のテストになりますので、頑張ってお取り組みましょう!

# 桑名教室 谷先生担当 土曜日16時中級コース



△ミツバヤシニコちゃん、マツモトメイちゃん、ヤマモトリリちゃん、クリハラヒナちゃん、ナカショウチユリちゃん(後列左から)、ミツバヤシタクマくん、サカタレオンくん、オザキユウスケくん(前列左から)の8人。メリハリがあり、気になることは積極的に質問してくれることもたちです。

土曜日16時の中級コースに通ってこれていることも進級したての子や技が上手になつてきた子など幅広いですが、みんな仲良く楽しく体操に取り組みます。時々、授業中に盛り上がりすぎてしまうこともありますが、技に取り組みるとき、練習するときに真剣な表情で体操と向き合っています。難しい技にも決してめげることなく、果敢に挑戦するみんなの姿は「頑張れ！」と応援したい気持ちにさせてくれます。前回の進級テストでもみんなが力を発揮し、少しづつですが技が上手になつてきていることを感じています。

進級テストも終わり、今は基礎練習から取り組んでいます。基礎練習は地味ですが、コツコツ積み重ねることで新しい技の習得につながると思います。先生は信じています。次の進級テストに向けて先生と一緒に少しずつ練習していきましょうね!

(記事・谷先生)



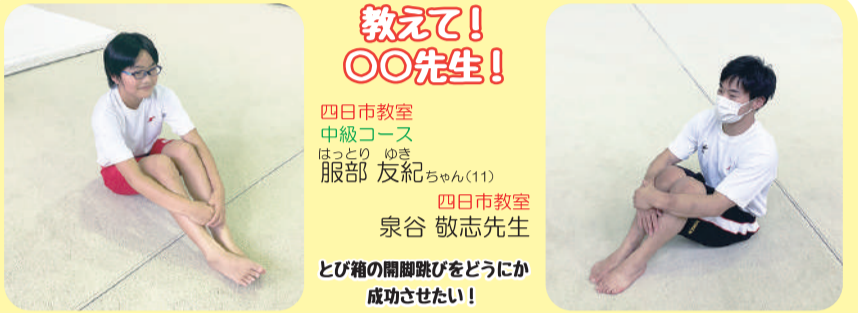
## New Kids

### 鈴鹿教室 幼児コース はやかわ もり かなた 早川 あかり ちゃん(4) 森 奏向 ちゃん(4)



お姉ちゃんが先に体操をやっているのを見て、追いかけるように初めてくれたあかりちゃん。あかりちゃんも先に習い始めたというのもあり、奏向ちゃんに色々なことを教えてくれています。2人はとつても仲良しでお姉ちゃんたちに負けないよう、一生懸命練習に取り組んでくれています。まだまだ体操を始めたばかりですが、お姉ちゃんたちのように上達目指して頑張っています。

(記事・桑名先生)



### 教えて! ○○先生!

四日市教室 中級コース  
はっとり ゆき 友紀ちゃん(11)  
四日市教室 泉谷 敬志先生  
とび箱の開脚跳びをどうにか成功させたい!

友紀先生、とび箱の開脚跳びができるようになりますように頑張ってください! 泉谷 そうだよ。友紀はとび箱の手前のほうに手をつけてしまつたら、奥側に手をつけるようにしてごらん。助走の勢いもあるから、すぐに跳べるようになるよ!

友紀 とび箱の奥側ってどのあたりですか? 泉谷 着地マットの方に付けるといいね!

友紀 勢いがありすぎて手が滑っちゃうときはどうしたらいいですか?

泉谷 手が滑るのは下から手をつけているからだね。ロイター板をしっかりと踏んで、ジャンプが高くできれば手を上からつけられるよ。

友紀 次の授業でやってみます。とび箱ってすごい怖いつつあるんだけど、その時はどうするのがいい? 泉谷 確かに木のよね、でも、中途半端に力が抜けてしまう時の方が危ないから、勇気を出して思い切って跳んでみよう!

10月31日は「ハロウィン」

キリスト教の聖人の祝日「万聖節」の前夜祭。古代ヨーロッパの原住民ケルト族の収穫感謝祭がキリスト教に取り入れられ、現在のハロウィンになったとされている。ケルト族の1年の終わりは10月31日で、この夜は死者の霊が家族を訪ねたり、精霊や魔女が出てくると信じられていた。これらから身を守る為に仮面を被り、魔除けの焚火を焚いた。これに因り、31日の夜、南瓜をくり貫いて作ったジャック・オー・ランタン(お化けカボチャ)に燃焼を立す、魔女やお化けに仮装した子どもたちが「Trick or Treat(お菓子をくれなきゃ、いたずらするぞ)」と唱えて近くの家を1軒ずつ訪ねる。家庭ではカボチャのお菓子を作り、子どもたちはもらったお菓子を持ち寄り、ハロウィン・パーティーを開いたりする。

10月生まれ 計 294人

\*\*\*31日生まれ\*\*\*

市嶋 大虎 さん(10)

「プロテクターで準備を回す!」

中嶋 一華 さん(10)

「空中逆上がり頑張る!」

大西 真麻 さん(10)

「上級進級を目指します!」

HAPPY BIRTHDAY

お誕生日おめでとう! 皆の目標が叶いますように.....

### トランポリンクラブ 成見先生担当 水曜17:50~

この時間は長く通ってこれている子が多く、取り組む内容もレベルの高いものとなっております。黙々と自分の課題に取り組んでくれる子が多く、苦手な技にも積極的に挑戦してくる姿勢は、まさに模範的と言えます。周りの友達と切磋琢磨して取り組んでいるので練習の雰囲気はとってもいいです。最近、一番頑張っていることは練習最後の10本ジャンプです。タイムを計り、新記録目指して一生懸命取り組んでいます。周りの友達と切磋琢磨して取り組んでいるので練習の雰囲気はとってもいいです。挑戦する級の内容も難しくなってきましたが、先生と一緒に継続していきます。

(記事・成見先生)

△ヤマナカサホちゃん、ヤマネカリンちゃん(後列左から)、マエダタイヨウくん、イトウクレナちゃん(前列左から)の4人。苦手な技にも積極的に取り組み、笑顔が絶えない子どもたちです。毎週、とても良い雰囲気練習に取り組んでくれています。

\* 10月のよてい \* 9/27~11/7

月	火	水	木	金	土	日
9/27	28 29	30	10/1	2	3	
	28 29 30 10/1 2 3		休講期間 ①トランポリンクラブのび(9/28日~10/31日) ②全日本空手道選手権大会(9/29日)			
4	5	6	7	8	9	10
安里先生・成見先生 世界選手権社行会	第2回 引き落とし日				秋季丸山杯 山梨県大会(9/29~30日)	
11	12	13	14	15	16	17
				届け出締め日		世界選手権 安里先生出場!
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
			引き落とし日			三重県高校 新人大会
11/1	2	3	4	5	6	7
				第2回 引き落とし日		

### 相好カップ入賞目指して取り組み

山森 瑛太 くん(11)  
中級コース 伊賀教室

4才の頃から体操を続けている瑛太くん。サッカーと体操の両立をしながら、現在は中級コースで通っています。サッカーの試合が終わってから体操の練習に来ることが多く、疲れているはずなのに黙々と練習に取り組んでいます。素晴らしい集中力です。今は、相好カップ入賞と上級への進級を目標に頑張っています。

できることをさらに増やし、目標達成に向けて練習していきましょう!

(記事・智輝先生)