

# 次回は冬の短期教室 相好カップ前に特訓だ！

# 輝く汗参加者努力の証 会員限定強化練習



例年を超える暑さが続く中、7月25日(火)～30日(日)の期間で夏の短期教室が行われました。

参加者たちは、自分たちの課題とする内容と向き合い、三日間汗を流しました。

災害級の暑さと連日ニュースで取り上げられていますが、夏場の運動は健康を維持するために重要です。

基礎代謝は夏に低く、冬に高くなると一般的に言われています。体を動かすことでエネルギー効率を上げることが出来ます。

発汗によって出た汗は身体の熱を外へと逃がし、体温を一定に保つ働きがあります。もちろん十分な水分補給が必要で、無理は禁物です。

しかし、そうした中でも練習を続けることで、目標達成に近づき、健康を維持することも出来るのです。

(大嶽 晃久)

**逆上がりを一ヶ月で合格！  
側転と開脚跳びを特訓中**

つじもり ゆいか  
**辻森 唯華** ちゃん(5)  
もりもと こころ  
**森本 心** ちゃん(4)

幼児コース  
伊賀教室

ほんとすまいる

春の短期教室をきっかけに四月から体操を始めた、とっても仲良しな二人組。一ヶ月で逆上がりを成功させたスーパークッズたちです。

普段の授業からとても明るく、どんなことにも一生懸命取り組んでくれる二人は、毎週とても楽しそうに練習しています。

ですが、正直こんなにも早く逆上がりができるようになるとは思っていませんでした。

毎週努力した結

果が、今回の合格に繋がっていると思います。

今は側転と開脚跳びができるように練習中です。どちらも幼児コースの中では難しい技になりますが、二人ならきつと出来るようになるでしょう。この記事が出ているころには、もしかしたら、成功しているかもしれないですね。

これからも二人で仲良く、楽しみながら練習していこう！

(記事：安里先生)

相好体操・トランポリンクラブ

## 未就園児コース

☆8月より随時開講☆

**対象** 1歳10ヶ月～4歳

**時間** 10:00～12:00 (120分)

詳しくはコーチまで！

※トランポリン、桑名、伊賀、伊勢教室のみ開講

## ユニバーシティゲームズ

日本代表として出場

団体総合 種目別  
平行棒・鉄棒

# 準優勝 3位

杉本海誉斗選手 おめでとう！

☆休講案内☆

9月26日(火)～30日(日)

先生たちの大会のため、  
年間カレンダー通り休講となります。

※トランポリンのみ





この時間に通ってくれてる子たちは、常に練習中の笑顔が絶えない、明るく元気な子が揃っています！



苦手な跳び箱の練習にも手は抜けません。一生懸命に練習してくるので、少しずつ上達しています。最近では、前向きな取り組み姿勢のおかげで跳び箱の転回が中級に上がりたての時と比べると、まるで別人のように上手になりました！



津教室 高田先生担当 日曜日15時 中級コース

△みつぎちゃん はなちゃんほのみちゃんくるみちゃん(左上から)、あおいちゃんかのちゃんさゆちゃんりりちゃんちえみちゃん(左下から)の9人。練習にも自主的に取り組める、前向きな姿勢が素晴らしいです。

教えて! OO先生! トランポリンクラブ 植田 太郎先生. トランポリンクラブ かめい ゆうへい 亀井 悠平くん(10) ジャンプの高さと技の完成度を上げたい!

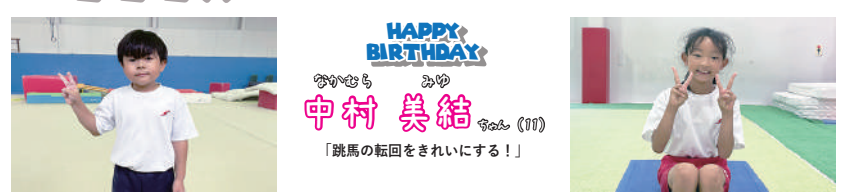
植田 ゆっくりと話す機会はな... 悠平 次は授業の時に、蹴る瞬間を意識してみたいな。後は技の完成度をもっと上げたいな。

鈴鹿教室 幼児・初級コース いいば ふうこ めいこ 飯場 楓子 ちゃん(4) 芽生子 ちゃん(7)



六月から体操を始めてくれた、芽生子ちゃんと楓子ちゃんの姉妹。幼児、初級とコースは違いますが楽しんでみながら、先生と二人揃って上手に練習しています！

9月生まれ 計333人



- 和田 零(4) 加藤 武(9) 大岩 直生(4) 岡田 大基(6) 横木 勇心(6) 澤田 穂香(6) 木谷 幸花(10) 町野 然(9) 藤井 くらみ(4) 森岡 詩乃(12) 藤田 メイナ(7) 中村 壮太郎(7) 南 羽謡(14) 前田 竜輝(18)



伊勢教室 中原先生担当 上級コース 木曜18:00~

△さとるくんゆうなちゃんありちゃん(後列左から) みなみちゃんまおちゃんあおとくん(中央左から) ねねちゃん ゆずのちゃんかのちゃんひなのちゃん(前列左から)の10名。



進級してきた子たちが加わり、七月から人数が増えた上級コースです。人数が増えたことで、授業も盛り上がっています。二人揃って、同じコースで体操できる日がとても楽しみです！

Calendar for September with dates 8/28 to 10/8 and various events like '引落し日' and 'JAPAN OPEN 2023'.

井村 望美 ちゃん(10) 上級コース 松阪教室. 教室に、四年間通ってくれている望美ちゃん。今は上級コースで週一回の練習に励んでいて、先生の話も聞いていない子や、お話をしている子がいたら、先生の代わりに注意してくれるしつかり者のお姉さん.