

★仲間と一緒に一泊二日の合宿★

初のアウトドア企画 短期スキー教室開催



2月23日(金)～24日(土)の期間で相好体操クラブ初のイベントであるスキー教室が一泊二日で開催されました。岐阜県のひるがの高原にて行われた今回のイベントでは、総勢30名の参加者たちが引率された先生たちと一緒にスキーを楽しみました。

レベルに応じてクラス分けが行われ、仲間たちと一緒に取り組んでいました。慣れない環境での実習という事もあり、初日は上手く滑れない子どもが多くいましたが、諦めることなく練習を行っていました。得意な子が苦手な子に教える場面も多くみられ、人間的な成長も

見えた瞬間でした。そして二日目にはなんと、参加者全員でリフトを使用して上に登り、全員で滑りながら降りてくることができました！新しいことにチャレンジし続けた二日間。全日程を終えた時、参加者たちの顔は達成感に満ちていました。(大嶽 晃久)

マットの転回成功！ 上達スピードに先生も驚愕

さかもと しゅうご
坂元 秀伍 くん(8)
中級コース
松阪教室

とても練習熱心で、いつも真面目に取り組んでくれる秀伍くん。練習中は先生の説明やアドバイスをもしっかり聞いていたので、中級に進級してからの上達するスピードがとても早く、驚いています。

冬の短期教室にも参加し、三日間の相好カップへ向けた中級強化練習でさらにパワーアップしてくれました。そのおかげで、今までなかなか立てずに苦労していたマットの転回も立てるようになりました！本当に良く頑張りました！

秀伍くんが次の目標として取り組んでいる技は、跳び箱の転回跳びです。今の気持ちで練習していけば必ず跳べるようになると思います。

この記事が出るころには相好カップを終えていまして、マット・跳び箱の転回が成功していることを楽しみにしています！

(記事：白石先生)

10年表彰

井本 悠斗 さん

あなたは十年という長きにわたり、相好体操クラブに通い続けてくれました。中学生になった今でも、勉強との両立を図りながら努力を続けていますのでその功績をたたえ、ここに賞します。

令和六年三月二十六日
相好体操クラブ 先生一同

★体操教室休講案内★

4月9日(火)～14日(日)

上記日程にて先生方の大会が開催されるため、年間カレンダー通り休講となります。

冬の選手コース編入テスト合格者 大舞台に向かって力強く羽ばたく

1月4日(金)

相好カップも終わり、全員が選手コースの練習に合流し、努力を重ねているかと思えます。ここからさらに多くの試練が待っているかと思えます。自分で掲げた目標達成に向けて、精進していただきます。

(大嶽 晃久)

 桑名 ほりえ そうま 堀江 聡真(7)	 桑名 いまにし そうま 今西 奏雅(8)	 伊賀 いりょうた じん亭 良太(10)
 伊勢 むかいで りおん 向出 琉星(7)	 桑名 くさなぎ かのん 草薙 花音(7)	 桑名 どい ひかり 土井 陽香梨(7)



いつも仲良く、元気に体操教室に来てくれる金曜日のお友達。みんな歳が近く、お互いに競争意識があり、「先生、誰のブリッジが一番上手だった？」誰の脚が一番かっこよく伸びてた？」と、競争し合いながらも友達のことを応援してくれる、心優しい子がそろっています。

時にはふざけてしまう一面もありますが、練習に対しては一生懸命頑張れるのが特徴です。相好カップに向けての練習では、上手に演技ができるように猛特訓しました。側転や倒立などの技を練習するだけでも大変ですが、技の順番を覚えていたり、細かなポーズや姿勢を練習したりとやることはたくさんあります。この記事が出る頃には相好カップも終えて、結果も出ているかと思っています。

良い演技ができたか先生は楽しみです。さあ、これから先生と一緒に練習を続けていきましよう！

(記事・安里先生)



△ゆうごくんえまちゃんたいちくん かんたくんたろうくん(左から)の5名。皆で競争しながら、いつも一生懸命練習に取り組んでくれています。

伊賀教室 安里先生担当
金曜日16時初級コース

教えて! OO先生!

伊賀教室 北條 陽大先生
伊賀教室 中級コース 小松 彩音 ちゃん(7)

転回をきれいに立ちたい 後転倒立を成功させたい

彩音 転回ほどうしたら足が伸びますか？
北條 まず、足をキレイに伸ばそうと思つたら、自分で足に力を入れて伸ばすことが大事だよ。ね。転回をするときに、足を伸ばすことも、足と足とどっちも意識しないと、腕と足とどっちも意識しないと難しいよ！

入れて、マットを押すことがポイントだよ。
北條 後転倒立をするためにはどうしたらいい？
北條 後転倒立はタイミングが大事だよ。まず足先を勢いよく天井に向かって伸ばすこと、同じタイミングで腕に力を入れて伸ばすこと。腕と足とどっちも意識しないと、腕と足とどっちも意識しないと難しいよ！

四日市教室 幼児コース
よしおかりん 吉岡 凜 ちゃん(6)

New 入会者

一月から体操を始めてくれた凜ちゃんは、真面目で先生の話をしっかりと聞いてくれています。跳び箱のパー跳びの練習に取り組んでおり、練習をしていくたびに少しずつ遠くの方へ手をつけるようになっていきました。

なつたので成長を感じています。凜ちゃんが上手にとび箱を跳べる様に、先生も色々な練習方法を考えられていますよ！

これからも先生と一緒に楽しく練習していこう！

(記事・泉谷先生)

現在は初級コースに在籍

4月生まれ 計310人

4月14日は「オレンジデー」
愛媛県の柑橘類生産農家が1974年に制定。2月14日の「バレンタインデー」で愛を告白し、3月14日の「ホワイトデー」でその返礼をした後、その二人の愛情を確かめようとする日。

伊藤 志桜里 ちゃん(7)
「2級を上手に出来るようになりたい」

山本 陽菜 ちゃん(6)
「2級を上手にする！」

****14日生まれ****

福西 和香 ちゃん(14)	笹森 淳之介 くん(5)	福山 治生 くん(7)
坂倉 希心 ちゃん(8)	大浦 悠雅 くん(8)	堀崎 雄登 くん(10)
南 愛凜 ちゃん(7)	世古 湊士 くん(9)	瀬川 和正 くん(9)

お誕生日おめでとう！
目標達成に向けて先生たちと練習しようね！

桑名教室 後藤先生担当
未就園児コース 水曜10:00~

昨年八月から開講した未就園児コース！入会したころは「あー、うー」としか出なかつた声も、気がつけば「ごとうせせんせ、いのうえせんせ」と少しずつお話もできようになりました。

初めは、一人ずつ遊んでいましたが、他人と関わることを覚え、一緒に遊んだり、時にはケンカをして先生に叱られたり長中です！

先生たちは元気がいっぱい皆のことが大好きです！

この記事が出るころには、保育園・幼稚園が始まり、新しい生活がスタートしていることでしょう。

次のステップ「幼児コース」でもまた会いましょうね！

(記事・後藤先生)

*** 4月のよてい * 4/1~5/12**

日	火	水	木	金	土	日
4/1	2	3	4	5 第2回引落とし日 選手コース 導入テスト	6	7
8	9	10	11	12	13	14 届け出締め日
休講期間 総務課教室のみ(4/9日~14日)						
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30 sohgooh 通信5月号発刊 引落とし日	5/1	2	3	4	5
休講期間 2024.4.28 四日市大会(11日~5日)						
休講期間 総務課教室のみ(4/30日~5/5日)						
6	7 第2回引落とし日	8	9	10	11	12 丸山杯春季大会
休講期間 総務課教室のみ(7日~12日)						

元気いっばいで頑張り屋さんな少年

幸希くんのポイント

・相好カップへ向けてお家でも練習してくれた

いつも、元気いっばいで体操教室へ通ってくれている幸希くん。幸希くんとの授業を、密かに楽しみにしています。相好カップに向けて大好きなゲームを我慢して、家でも練習に取り組んでくれました。

三回目の出場です、少しずつ努力が形になってきていますね。

まだまだ難しい技も多いですが、来年度の相好カップでメダルが取れるように、たくさん練習しましょう！

(記事・杉野先生)

あらまき こうき 荒牧 幸希 くん(6) 初級コース 鈴鹿教室