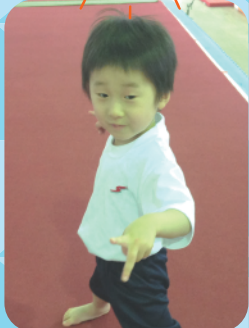




夏の短期教室

今年もたくさん子どもたちに参加してもらった夏の短期教室。夏の暑さを吹き飛ばすほどの子どもたちの笑顔！とても輝いていました！次回は12月22日〜28日までの冬の短期教室。夏も本格的に暑くなってきました！暑さに負けずに楽しく体操しよう！

やざわ しんたろう
矢澤 進太郎 くん(3)
伊賀教室 (・ω・)シャキーン
幼児コース



元気100倍の進太郎君！授業中も元気に前向きに頑張っています♪なかなか授業に入れない友達を大きな声で呼んでくれる優しさも持ち合わせています！

v(∩_∩)v イイ

安達先生と一緒にこれからもクラスをまとめてね♪

明日のカラダ

筋肉痛

皆さんも運動の後、体が張って動きづらいたことがありませんか？これは「遅発性筋肉痛」と言い、皆さんが筋肉痛と呼んでいるものです。運動後数時間後に発生し、1日〜2日でピークに達します。また、年齢による筋肉痛の遅れは科学的には証明されておらず、年齢を重ねるにつれて細胞分裂が衰えることによって回復に時間がかかるためという説が多いかですか？

皆さんも運動の後、体が張って動きづらいたことがありませんか？これは「遅発性筋肉痛」と言い、皆さんが筋肉痛と呼んでいるものです。運動後数時間後に発生し、1日〜2日でピークに達します。また、年齢による筋肉痛の遅れは科学的には証明されておらず、年齢を重ねるにつれて細胞分裂が衰えることによって回復に時間がかかるためという説が多いかですか？

松阪教室

野口 小由希ちゃん

伊勢教室

山邊 真くん

進級テスト



来月は進級テスト！進級できるように頑張ってください！

9月19日(火)〜24日(日)

相好会員 特典 レオタードやadidasスポーツウェアを特別価格でご購入いただけます！

SSA www.ssa-web.co.jp

作：小泉 和照

自分自身ももつと経験し、得たものは応援してくれた子供達にこれからもどんどん伝えていこうと思います。

わからないなりに今後も模索していきますが、今大会を振り返ると「25年体操をやっても未だに分らない事だらけだな」と感じました。

わからないなりに今後も模索していきますが、今大会を振り返ると「25年体操をやっても未だに分らない事だらけだな」と感じました。

朝の会

だから体操は面白い！

先日の池田杯。私は2位でした。(4年連続) この4年連続2位という文字をみて色んな捉え方をしています。

4年ものポジションを維持している。過去6回出場して後4回安定してる。なぜ1位にならないのか。なれない原因は何だろうか？

という感覚になるわけですが、原因はまだわかりません。

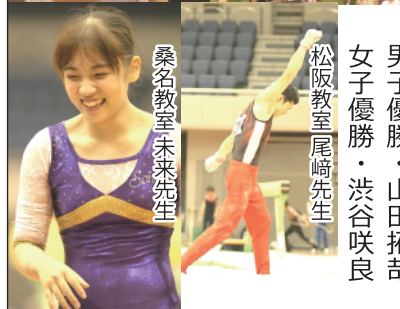


津教室 星有夏

News
 県ジュニア・県中学
 7月1日(土)〜2日
 (日)の2日間で県ジュ
 ニア・県中学が四日市
 市中央緑地体育館にて
 行われました。

【県ジュニア1部】
 男子優勝・長崎奏人
 女子優勝・星有夏

【県ジュニア2部】
 男子優勝・嶋村大空
 女子優勝・岡村真



桑名教室 未来先生

池田杯
 7月8日(土)に三重
 県営サンアリーナにて
 池田杯が行われました。
 今年は暁高校所属の高
 校生も参加し、皆様の応
 援により会場の熱気が
 高まり熱い戦いが繰り
 広げられました!

【成年の部】
 男子優勝・尾崎先生
 女子優勝・未来先生

【少年の部】
 男子優勝・山田拓哉
 女子優勝・渋谷咲良

丸山杯頑張ります!

入賞目指して頑張ります!

初めての丸山杯頑張ります!

矢形 紗々来ちゃん 齋藤 みやびちゃん

上級に上がっての初めての丸山杯。二人とも頑張っね!

体操を始めたきっかけ
 小さいころから鉄棒が好きだったから♡
 紗耶ちゃんの目指す体操とは!
 つま先やひざが伸びた美しい体操!

今年目標
 強化指定選手に入るために結果を残す
 将来の夢
 体操教室の先生(##^#)

すでに面影が・・・笑

四日市教室
 岡田 紗耶 選手
 好きな食べ物
 野菜たっぷり炒め物
 得意種目
 苦手な種目
 ゆか 段違い平行棒

伊地知先生から!
 やるよ始めたら、
 やり進める子ですな
 されから紗耶の
 成長を楽しんでいます!

休日はトランポリンの練習に
 行くほど練習熱心な足立先生。
 3才のころに体操を始め、そ
 の後大学の先生の誘いでトラ
 ンポリン競技に転向♪
 今はトランポリン普及のため、
 全力で活動中!今の目標は全
 日本選手権連覇!

鈴木教室
 足立 将磨 先生
 趣味
 映画鑑賞

誰にも負けないこと!
 空中感覚

子どもたちに一言!
 たくさん「できた!」
 を味わえるように頑張ろう!

8月7日生まれ
 谷 健太郎

HAPPY BIRTHDAY

何事にも果敢に挑戦する!
 by 谷先生

跳び箱をもっと頑張りたい!
 by はるひくん

8月
 生まれ
 計 295人

****7日生まれ****

廣澤 一晟 (10)	山森 幹太 (9)	奥 愛弥 (12)	山口 夢叶 (9)	山口 竜矢 (5)	篠宮 煌明 (7)	西 麗愛来 (12)	加藤 花 (8)	野呂 英智 (6)	富田 賢伸 (6)	星 有夏 (13)
------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	----------	-----------	-----------	-----------

*** 8月のよてい * 8/1~9/10**

月	火	水	木	金	土	日
7/31	8/1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	9/1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

松阪教室
 各務 桃加 ちゃん(7)
 初級コース

自分から積極的に技に挑戦して
 くれる桃加ちゃん♪負けず嫌いな7
 才の女の子!!

桃加ちゃんのポイント
 家でも練習をするほど体操熱心!

杉野先生から一言
 まだまだ伸びしろだらけ!
 お家でも体育館でもいっば
 い練習して上手くなろう!