

まつやまキッズスポーツクラブ「つばさ」2017【第9回】

こんにちは！！

松山市体育協会事務局です。

今回は11月4日に開催（かいさい）されましたキッズスポーツクラブ
つばさ9回目の報告（ほうこく）です。

種目（しゅもく）はエアロビとオリジナルです。

・エアロビ

先生のお手本を見ながら、曲に合わせて踊り（おどり）ました。

その様子は右の写真



みんなで汽車（きしゃ）のように連結（れんけつ）をしたり、馬のように四つん這い（よつんばい）になったりもしました。その様子は右の写真



【スタッフからの一言】

エアロビも3回目で、難易度（なんいど）の高い振り付け（ふりつけ）もありますが、みんな曲にあわせてしっかり踊る（おどる）ことができていました((^д^))

みんな楽しそうに踊っていました♪♪



・オリジナル

始めに、色々な準備運動（じゅんびうんどう）をしました。

その様子は右の写真



次にラダーを使った運動をしました。

その様子は右の写真



アジリティーポールを使った運動もしました。

その様子は下の写真



【スタッフからの一言】

ラダーやアジリティーポールなど、普段（ふだん）あまり使うことのない用具で運動を体験（たいけん）することができたので、みんな興味津々（きょうみしんしん）で楽しく運動をしていましたo(^▽^)o♪

次回のキッズスポーツクラブつばさは11月25日（土）です。

最後のつばさなのでみんなで楽しみましょう♪