

## 平成 27 年度特定非営利活動法人矢巾町体育協会主催事業 「第 15 回やはばキッズスポーツセミナー」開催結果

今回で 15 回目となる「やはばキッズスポーツセミナー（協賛：大塚製薬）」を 9 月 5 日（土）に町民総合体育館で開催しました。今回はグルージャ盛岡アカデミートレーナーで理学療法士の渡辺幸太郎さんを講師にお招きし、「運動能力向上～体幹トレーニング」をテーマに、町内のスポーツ少年団員等 110 人が参加のもと様々な実技を実践しました。

主な内容は、体を自由の動かすためのフットワークやバランス感覚を身に付けるトレーニング、グルージャ盛岡で実際に行われてる体幹トレーニング方法などを実践し、参加した児童は終始笑顔で楽しみながら様々なトレーニング方法を体験することができました。





