

平成 30 年度特定非営利活動法人矢巾町体育協会主催事業 「第 22 回やはばキッズスポーツセミナー」開催結果

今回で 22 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 2 月 2 日（土）に町民総合体育館で開催しました。当日はインフルエンザの影響で半数近く欠席がありましたが、町内のスポーツ少年団員等 53 人が参加のもと様々な実技を実践しました。

主な内容は、一般社団法人日本コンディショニング協会認定ジュニアコンディショニングトレーナーの中田 幸恵 氏をお招きして、「自分の身体と姿勢を知る！小学生のための筋肉を整えるコンディショニング術」をテーマに、ベストコンディションを作り出すために筋肉を整えることの重要性を説明、実際に身体を動かしながら、子どもから大人まで分かりやすく指導していただきました。

また、協賛いただいた大塚製薬株式会社様より、今回のテーマに合わせたコンディショニングドリンク「ボディメンテ」を提供していただきました。

参加した児童等は終始笑顔で、肩が挙げやすくなったなど身体の変化に驚きながら、コンディショニングについて学ぶことができました。







