



開会行事の様子①

講師紹介 総合型クラブななっちのみなさん



開会行事の様子②

さんのヘスポーツクラブEnjoyのみなさん



準備体操の様子

各クラブのプログラムを実施する前に参加者全員で「ラジオ体操～方言 ver.～」を行いました。



総合型クラブななっち①

ボールを使ったコーディネーショントレーニングの様子です。上から落とすボールを上手くよけられるかな？！



総合型クラブななっち②

2チームに分かれて合図に合わせて逃げたり、追いかけてたり反応速度を高めるトレーニングにもチャレンジしました。



総合型クラブななっち③

2チームに分かれ30個の全ての玉を入れるタイムを競い合いました。