

スポーツ協会の短期教室レポート

はじめての山登り教室

6月21日から全4回にわたって開催された、はじめての山登り教室には15名の方が参加。藤田弘子さんを講師に山登りの基本や山での歩き方を学んだあと、教室最終日の7月14日には房住山での登山を実施しました。参加者は景色や花を見たり、自然を楽しみながら、無事登頂することができました。



参加者の声

- ・初めて参加して最初はきつかったが何とか山頂に行くことができて良かった。
- ・最初はきつく体力的に心配だったが、サポートのおかげで少し自信がついた。

REPORT REPORT REPORT REPORT REPORT REPORT

ファミリースポーツ水泳塾

小学1、2年生を対象としたファミリースポーツ水泳塾は7月26日から全4回にわたり開催しました。大塚貴代氏を講師に親子15組が参加し、顔つけ・バタ足の方法・長く泳げるようになるろう！をテーマに参加者は一生懸命取り組んでいました。



参加者の声

- ・水を怖がることなく楽しく進められていたようだったのでよかった。
- ・レベルの差があったが、その子に合わせた指導をされて良いと思った。

REPORT REPORT REPORT REPORT REPORT REPORT

ZUMBA® 教室

5月28日から現在実施中のZUMBA®教室には、市内から21名が参加。泉祐美子先生を講師に、ラテン系の音楽とダンスを融合させたダンスフィットネスエクササイズ「ZUMBA®」を行いました。曲のリズムに合わせてエクササイズに取り組み楽しく体を動かしました。



参加者の声

- ・あっという間の1時間。夢中で先生のステップを追いかけて楽しんでいます。
- ・ズンバはお祭り騒ぎという意味だとか。ただただ楽しんでいます。

REPORT REPORT REPORT REPORT REPORT REPORT

マリンスポーツ教室

現在開催中のマリンスポーツ教室は、米代川河口でカヌーやヨットの体験ができます。センター育成士が指導しますので、初心者でも楽しむことができます。

9月17日までの毎週日曜日(10:00~12:00)開催中!

※完全予約制となりますので、お申し込みの際は能代市総合体育館(54-3607)までご連絡ください。

参加料
100円



イペヨトレポート

ジュニア・アスリート育成事業「野球セミナー」

ジュニア・アスリート育成事業として、8月1日「野球セミナー」が能代球場で開催されました。秋田市出身で元福岡ソフトバンクホークスの攝津正氏を講師に迎え、野球の実技講習を行いました。市内中学生40名が参加し、参加者はレベルアップを図りました。

