



人と地域と
スポーツと

通信



TEL:0254-28-7510 FAX:0254-28-7511

〒957-0054
新発田市本町4-16-83 新発田市カルチャーセンター内
URL http://www.trymu.com e-mail info@trymu.com

TRYMU*NEWS

~もっとスポーツを楽しもう!!~

9月にはラグビーワールドカップが始まり、来年に東京オリンピック・パラリンピックの開催を控え、以前よりもさらにスポーツが注目されています。競技スポーツも本当に素晴らしいですが、健康のため、コミュニケーションのため、観戦・応援、いろんなスポーツの関わり方で、自分なりのスポーツをもっと楽しみましょう!!

~しばたパラスポーツ振興応援事業~

パラアスリートを応援しています!!

国際大会でメダル獲得!

美遠 さゆり さん

新発田市出身で日本知的障がい者卓球連盟指定強化選手の美遠さゆりさん（世界ランキング8位）がカルチャーセンターを訪れ、出場した世界大会の結果を報告しました。5月に行われた「第16回スロヴェニアオープン2019」では団体で2位という好成績をおさめました。美遠選手は「応援をいただいた皆さんにも感謝したいです」と話していました。東京パラリンピックまで1年をきり、美遠選手のさらなる飛躍が楽しみです!



5月8日~11日 第16回 ITTFパラスロヴェニアオープン 日本Aチーム (古川・美遠) 準優勝 銀メダル獲得	7月23日~27日 ITTFアジアパラチャンピオンシップ 個人 ベスト8 日本チーム3位入賞!! 銅メダル獲得!!	8月1日~3日 ITTF・PTT ジャパンオープン2019 日本Aチーム (古川・美遠) 準優勝 銀メダル獲得
---	--	--

パラスポーツの普及

東京パラリンピックの種目を体験!!

8月に紫雲寺小学校PTA6学年行事にてパラリンピックの種目でもある「ボッチャ体験会」が開催され講師としてとらい夢職員が指導を行いました。しばたパラスポーツ振興応援事業の助成金を活用してのPTA行事の企画は初の試みでした。障がい者のこと、パラスポーツのこと、新発田市のパラアスリートのことを話した後、チームに分かれ実際にゲームにも挑戦しました!!ジャックボール（目標球）に自分の持ち玉を近づけるといった簡単なスポーツですが、白熱した時間を過ごすことができました。



キッズネイチャークラブ

年8回と5回の2つのコースで実施中!海岸で貝殻や流木を拾うビーチコーミングをしたり、夜の公園を歩いて夜行性の生き物を観察したりと、その季節ならではの活動をしています。



夜の公園で
生き物を観察!



五十公野山でナツハゼという
木の実を食べました!



ビーチコーミング

☆キッズ・スポーツスペシャル☆

とらい夢職員による短期集中教室を今年も開催しました。速く走るためのコツを学び、少しでもタイムを縮めることを目標に一人ひとり集中し指導を受けました。

キッズかけっこ教室(4・5月 全4回)

学校で行われる運動会に向けた

短距離走の教室



走り方の姿勢を意識した
ラダー(はしご)トレーニング!



キッズマラソン教室

[9月 全4回]

学校で行われるマラソン大会に向けた

長距離走の教室



スピードを一定にして
走るペースをつかむ練習

女性限定 ナイトトレーニング

「運動を始めたけど何をしたらいいかわからない」などの運動初心者を対象に、とらい夢職員が運動の進め方や基本的なトレーニング方法・家でもできる簡単なトレーニングまで、一人ひとりにあったアドバイスをしながら運動を進めています。「夏」「秋」「春」と年3シーズン各8回となっており、「骨盤」「代謝」などテーマにそった講話と丁寧な運動指導をとおして、体内環境を改善し太りにくい体づくりを目指しています。「とても楽しく、勉強になった!」と参加者の方々から大変好評をいただいている教室です。



SHIBATA GAS
ウイズガス

nikotan.com

新発田ガス株式会社
代表取締役社長 佐藤 哲也
新発田市豊町1丁目4番23号 ☎(0254)22-4181

.....T&Sグループ [スポーツ施設].....

シバタロイヤルテニスクラブ 最新設備
インドアテニススクール
TEL.0254-26-1717
新発田市新富町1-4-12

日本体育協会公認水泳教師在籍校
新発田スイミングスクール
TEL.0254-26-1123
新発田市緑町2-1-28

夏休み 子ども体験会

絵画教室

今回のテーマは「自画像」。
先生からポイントを教えていただきながら、好きな画材で個性豊かな素敵な作品を描きました。最後は先生の解説を聞きながら友達の作品もしっかりと鑑賞しました。



鑑賞ポイントも教えていただきました!!

科学実験・工作教室

普段目にする事のない静電高圧発生装置をはじめとする静電気を使った科学実験と世界にひとつだけのオリジナル万華鏡の工作教室を開催しました。みんなで協力して楽しみながら学びました。



トランポリン・マット運動教室

新発田体操クラブの指導のもと様々な技・種目にチャレンジしました。
普段なかなか体験することのできない大きなトランポリンで楽しそうにジャンプする子どもたちが印象的でした。

JUMP!



空道教室

大道塾の講師が声を出して“形”の体験! 打撃などにも挑戦しました。

Kick!

ゆめづくりバスケットボール教室

8月11日曜日にアルビレックスBBの高橋浩平選手・森井健太選手によるバスケットボールクリニックでは、技術練習から試合まで、まさに夢のような時間を過ごしました。
終了後には握手・サイン会が行われ、選手と貴重な時間を過ごすことができました。

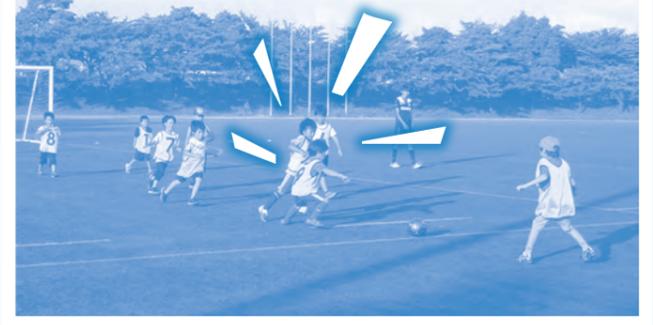


丁寧に指導いただきました!



サッカー教室

人工芝グラウンドでサッカー体験!



なわとび教室

短縄・大縄ともに跳び方のポイントを聞きながら様々な跳び方に挑戦しました!



中学生硬式野球教室

中学校の軟式野球から高校での硬式野球へスムーズに移行できるように、短期間に集中して開催しています。
野球の基礎から再確認し、参加者で一つのチームとなり他のチームとの対外試合も重ね高校進学に備えます。



キッズスポーツクラブ

運動神経が著しく発達するといわれているプレゴールデンエイジ(5~9歳)を対象に、1年間を通していろいろな運動・種目を経験する教室です。短期間で変化が出てくるお子さんも多く、多くの方から高い評価をいただいております。



ボール遊び



体づくり運動



リズム体操

短距離走り方教室

学年別に分かれて、まっすぐに走る・腕を振る・スタートダッシュの方法など、ポイントをおさえて指導しました。指導後、1・2年生は50m走、3~6年生は100m走のタイム計測をして競技場を駆け抜けました。



Get Set! Go!

タイム計測も!

スタートダッシュのポイント確認!

柔道教室

新発田市柔道連盟の大森さんが中心となりご指導いただきました。

