

イベント情報

※内容は変更になる場合があります。

3/4(土) 第11回キッズアスレチックスフェスティバル

日時：3月4日(土) ①9:00～16:00(小学生) ②12:00～14:30(園児年長)
 会場：ウェーブスタジアム刈谷
 参加費：①小学生(1人3,000円) ②園児年長(1人1,000円) ※参加賞・記録証・傷害保険含
 内容：園児年長・小学生向けの陸上競技大会。さまざまな種目に挑戦します。

①小学生対象：キッズ混成(50M、走り幅跳び、ヴォータックス投げ、50Mハードルの4種競技)+
 チャレンジ種目(1000M・600M・折り返しリレーから一つ選択) ※詳細はホームページをご確認ください。
 ②年長対象：キッズかけっこ25(かけっこ教室と25M走+陸上体験)

大会情報ホームページ：東海デカスロンチームホームページ内
 第11回キッズアスレチックスフェスティバル大会情報ページ
<http://www.geocities.co.jp/Athlete-Olympia/2199/>



第11回キッズアスレチック
 フェスティバル大会情報
 QRコード

募集開始：1月20日(金)～
 2月13日(月)
 対象・定員：①小学生220名
 ②園児年長30名

3/11(土) 至学館大学連携セミナー⑥

日時：3月11日(土) 15:00～16:00(予定)
 内容：運動生理学(講義) ヒトのからだの仕組みを知るとともに、スポーツ競技力を向上させる仕組みを学びます。
 講師：十枝内 厚次 氏(至学館大学教授)
 会場：ウイングアリーナ刈谷 大会議室
 参加費：無料

募集開始：2月中旬予定
 対象・定員：中学生以上50名

※詳細は2月上旬ごろに発行する専用チラシ&ポスターをご確認ください。

3/26(日) コンディショニングトレーニングセミナー

日時：3月26日(日) 10:00～11:00(予定)
 内容：ふかふかの天然芝の上でさまざまなエクササイズやストレッチを紹介します(実技)
 講師：未定
 会場：ウェーブスタジアム刈谷
 参加費：無料

募集開始：2月下旬予定
 対象・定員：中学生以上50名

※詳細は2月中旬ごろに発行する専用
 チラシ&ポスターをご確認ください。



女性のための 体幹トレーニング

12月3日(土) ウイングアリーナ刈谷大会議室

至学館大学(大府市)との連携セミナーシリーズ第4回目で『女性のための体幹トレーニング』を実施しました。腰痛予防・改善をテーマに募集したところ、あつという間に定員に達しました。

当日は同大学体操部監督でアスレティックトレーナーの村山大輔先生をコーチとして招きました。村山先生はキッズ世代の体幹トレーニングも実施していて、大変好評をいただいております。

参加された方は年齢が幅広く、運動経験もさまざま。よって基礎を中心に進めていきました。



多くの方が自分と戦いながら、先生に直接指導していただきチャレンジ! 難しい挑戦ながらも楽しく取り組んでいる様子が伺えました。

さて、今回残念ながらご参加いただけなかった方も次回はぜひご参加いただけるよう、枠の拡大や会場の変更なども含めて検討していきたいと思っております!

参加者のご意見

- ・とてもわかりやすい指導で良かったです。自宅でも継続して実践していきたいです。
- ・女性限定の募集という事で参加しやすかったです。今後もやって欲しいです。

編集後記

今年は酉(とり)年!!
 刈谷を拠点に全国で活躍するホームタウンパートナー 12 団体がいよいよ勝利をとりに行く年です。皆さんも全国で刈谷市のチームを応援に出かけてはどうでしょう(^^) ウェーブスタジアム刈谷 大林 僚

イベント報告



2017年(平成29年)

こどもスポーツ通信

ニュース・話題

communication

キッズイベントレポート



10月23日(日)グリーン
 グラウンド刈谷で第9回エリ
 アワンカップミニサッカー
 大会がありました。エリアワ
 ンカップは刈谷市・安城市・
 高浜市・知立市・碧南市の小学
 2・3年生のサッカー大会です。
 開会式では碧南市の西端SS
 代表が選手宣誓をしてくれま
 した。試合は6チーム・約
 800名が集まり、11コー
 トに分かれてリーグ戦で行わ
 れました。各コートの優勝チ
 ームには賞状と記念品のサッ
 カーボールが授与されました。
 どのコートも選手が一生懸命
 頑張っていました。

第9回エリアワンカップ
 ミニサッカー大会

スポーツ 通信

刈谷市
 総合
 運動公園

2017年 1月20日号
 平成29年
 刈谷市総合運動公園

ピックアップ

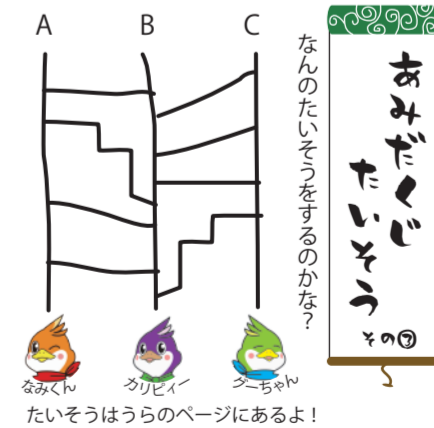
宮城県仙台市出身の日本人フィギュアスケート選手(男子シングル)現在の世界ランキング1位
 トータルスコアで300点超えを達成した選手。

WHO! だれ?

羽生 結弦 (はにゅう ゆづる)
 2014年ソチオリンピック男子シングル優勝。2014年世界選手権優勝、グランプリファイナル4連覇。全日本選手権4連覇。世界記録は2012年から10回更新している。

スポはい旬!

- ★ かけだそう
 息の白さを
 おいけて
- ★ ランニング
 冬の寒さも
 すかすか!
- ★ ウェイトと
 体幹補強で
 春をまつ
- ★ みんなでスポーツに
 ちかんとてみよう!



なんのたいそうをするのかな?
 たいそうはうらのページにあるよ!

おうちでコッコッ!

～背筋トレーニング～

★リズム背筋

みぎてひだりあし ひだりてみぎあし りょうてりょうあし
 右手左足→左手右足→両手両足
 の順番に行います!
 ひざをのばしてやってみよう!

★ゆりかご背筋

てあし こうこ
 手と足を交互にふって、ゆりかごのように体を動かしましょう!
 こちらもひざをのばしてやると勢いがつきやすくなるよ!

アスレティクスアカデミー
 コアアドバイザー

アスレティクスアカデミーでは、陸上競技の走る跳ぶ投げるを中心に
 様々な運動を行うスポーツ教室です。無料体験実施中!