

# イベント情報

※内容は変更になる場合があります。

## 12/3(土) 女性のための体幹トレーニングセミナー

日時：12月3日(土) 15:00～16:00  
 内容：女性向け体幹トレーニングセミナー(実技)  
 講師：村山 大輔(至学館大学助教)  
 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：11月8日(火)9:30～  
 対象・定員：中学生以上の女性 30名

※詳細は11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。

## 1/5(木) 誰でもできる科学的トレーニング

日時：1月5日(木) 時間未定  
 内容：体力向上のための科学的トレーニングセミナー(実技)  
 講師：宮沢 太機(至学館大学助教)  
 会場：ウェーブスタジアム刈谷  
 参加費：無料

募集開始：12月上旬予定  
 対象・定員：小学生・中学生・高校生 30名

※詳細は12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。

## 1/5(木) 新春！施設無料開放デー

日時：1月5日(木)  
 内容：陸上競技場(トラックのみ)、トレーニングルーム及びプールを無料でご利用できます！  
 会場：ウェーブスタジアム刈谷&ウイングアリーナ刈谷

※詳細は12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。

## 体育の日イベント2016

イベントがたくさんで、もりあがりました！！

10月10日(月・祝)  
 ウェーブスタジアム刈谷、グリーングラウンド刈谷

今年も体育の日は晴天★  
 スポーツの秋らしく陸上、マラソン、サッカーと大勢の方に楽しんでいただきました！

ウェーブスタジアムでは施設を無料開放しました。普段は陸上競技者ばかりの施設ですが、この日は実業団選手・市民ランナー・部活動の中学生・親子ランニング・ウォーキングする方と幅広い層の方が一緒に利用していただける施設でした。

またイベントとしてもランナー向けのケガ予防講習会やシューフィッターによるシューズ相談会、体組成測定コーナーの機会を設けました。多くの方が熱心な表情で普段できない相談をされていました(^^)



グリーングラウンドでは小学生やキッズのサッカースクールを開催！子どもたちもふかふかの天然芝の上、全力でボールを追い回している様子が印象的でした。

来年も多くの方に足を運んでいただけるイベントを企画していきますので楽しみに♪

編集後記 今年バスケットボールがアツい！！  
 プロバスケットボール「Bリーグ」がこの秋から開幕！  
 我々がシーホース三河の活躍も楽しみですね～(^^)



ウェーブスタジアム刈谷 大林 僚

# キッズイベントレポート



9月18日(日) 東海サッカーリーグ1部 FC刈谷の試合がありました。2位の鈴鹿アンリミテッドFCとの対決で、11人ものたくさんのお客さんがウェーブスタジアム刈谷で応援をしてくれました！この日は小雨の中での試合でしたが、前半2得点のリードを守り切って、2対0でFC刈谷が勝ちました。目の前で東海サッカーリーグ1部の優勝を見ることができて、とてもうれしかったです。これからもがんばって勝ち続けます！

東海サッカーリーグ1部 FC刈谷 優勝！

# スポーツども通信

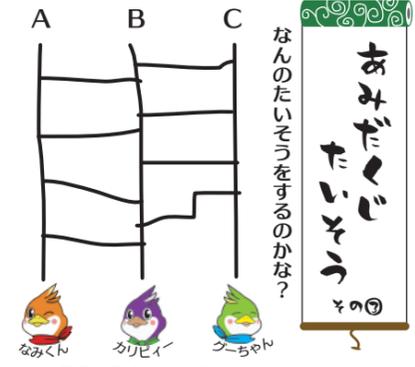


2016年10月20日号  
 平成28年  
 刈谷市総合運動公園

ピックアップ  
 オリンピックがリオデジャネイロで行われました。日本は過去最多の41個のメダルをとることができました。

WHO? だれ?  
 伊調 馨(いちよう かおり)  
 今回のリオ・オリンピックで、4大会連続優勝を成し遂げた地元至学館大学卒業の女子レスリング選手。立派な功績が称えられ国民栄誉賞受賞が決まっている。

スポはい旬!  
 ★小春日和 ウォーキングで落ち葉のリズム  
 ★高跳びで 見上げる秋空  
 ★秋空を 背負って走れ さわやかに  
 ★みんながスポーツに ちなんだ俳句5.7.5 をかいてみよう！



## 親子でできる! やってみよう!

ふたり きょうりよく 2人で協力しよう! ~親子で手押し車~

★基本編 正しい姿勢  
 おしりが上がり下がりせず まっすぐをたもちましょう! 前・右左10歩ずつおこないましょう!

★応用編 手押し車前転  
 ①もっている足を高く上げ、下を向き、首を丸めます。  
 ②体を小さくしながら回ります。  
 ③足をたんで立ち上がります。  
 ④かつこよくポーズをきめましょう!

天野コーチの アスレティクスアカデミー  
 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!