



クラブインフォメーション

発行:(公財)鳥取県体育協会 〒680-0944 鳥取市布勢 146-1

平成27年2月

TEL:0857-28-1288 FAX:0857-28-1399 E-mail:tabuchi-h@sports-tottori.com

第66号

クラブ紹介コーナー

一般財団法人北栄スポーツクラブ*元旦マラソン&ウォーキング大会



平成27年1月1日(木)、北条農村環境改善センターを発着とする1km・3kmコースのマラソン&ウォーキング大会が開催されました。

松本町長の新年の挨拶の後、選手宣誓が行われ、雪の降るあいにくの天候でしたが、303名の参加者は思い思いのペースで歩きました。

ゴールした人から、ハズレ無しの福引抽選会があり、赤・青・無色に分けられた棒を引き抜きました。

毎年この抽選を楽しみに参加する人、また、この大会をきっかけに運動を始めようと参加する方が多く、元旦から気持ちの良いスタートが切れました。



(賞品の紹介)

- 1等 ・新米こしひかり・ビール1ケース
・コーヒーチケット・特産物詰合せ
- 2等 ・スポーツドリンク6本
・文房具とスポーツ用品詰合せ
- 3等 ・入浴剤

来年こそは、1等が当たりますように!



連絡先
一般財団法人北栄スポーツクラブ事務局
荒川 辰也
TEL:0858-36-4331 FAX:0858-36-4977

一般財団法人北栄スポーツクラブからのお知らせ

北栄スポーツクラブ研修会

日 時:平成27年3月1日(日) 開演 午後2時30分(開場 午後2時)
会 場:北栄町大栄農村環境改善センター
講 師:山口 香氏(ソウルオリンピック銅メダリスト)
講演内容:「夢をつかめ!」~柔道から学んだもの~
参加費:無料 ※入場整理券が必要です。先着400名

サンリク・スポーツ*室内グラウンド・ゴルフ



平成27年1月13日(火)、倉吉スポーツセンターで室内グラウンド・ゴルフが開催されました

体育館に8ホールを設置し、5~6名のグループに分かれ2周して打数を競いました。

室内グラウンド・ゴルフは、天候に左右されず、女性や子ども、障がい者の方など、誰にでも楽しんでもらえるスポーツです。

床で障害物がないので、少し力を入れ過ぎるととんでもなく行きすぎますが、さすが皆さん、力の入れ加減や距離感がバッチリで、総打数にあまり差がありませんでした。

ホールインワンを出す人が結構いましたが、5回も出す人が居たのには驚きました。(特別賞の準備が必要???)

今回参加された方の多くは、屋外のグラウンド・ゴルフもされていて、みなさんハツラツとしていました。

来年度からは、この交流会は毎月開催され、スポーツ店の協賛もあり、一味違った交流会になる予定ですので、お誘い合わせの上たくさんの方の参加お待ちしております。

連絡先

サンリク・スポーツ事務局

杉谷 哲治

TEL・FAX: 0858-28-3939

※平成27年1月1日より、一般社団法人 山陰リンクの会からサンリクスポーツに名称変更しました。

スポーツしよい大山*バドミントンアスリート教室



平成27年1月18日(日)、名和農業者トレーニングセンターで「バドミントンアスリート教室」が開催され56名の参加がありました。

講師には、バドミントン日本リーグ(2部)で活躍する地元鳥取のチーム「Cheerful鳥取」から、3名(監督:花本さん、選手:地神さん・長谷川さん)をお招きし、レベルに合わせた指導をしていただきました。

初心者には、ラケットの握り方・振り方・シャトルを打つ等、経験者には強い球を打つことができる手首のスナップ(回内・回外)の使い方等を教えていただきました。

デモンストレーションでは、アスリートの迫力ある打ち合いに、目が釘付け!拍手と歓声が上がりました。

トップレベルの選手から指導を受けることで「目標や夢」に繋がったのではないのでしょうか。

☆参加者の感想☆

◆基本に返ることができた。

◆強い球が打てる指導をしてもらい良かった。

連絡先

スポーツしよい大山事務局

源光 靖

TEL: 0859-54-5212 FAX: 0859-54-5217

NPO法人ウルトラスポーツクラブ

栄養講習会



平成27年1月12日(月)、鳥取県立武道館でNPO法人ウルトラスポーツクラブ主催の「栄養学講習会」が開催されました。

約100名収容できる会議室が満席になり、参加者は熱心に耳を傾けました。

講師に、小柳 兼嗣氏(森永製菓(株))をお招きし、大きく、強い体を目指すために必要な栄養の摂り方を教えていただきました。

成長期には、食事・運動・休養をバランスよく実践することが重要で、食べることは、からだづくり・日々の疲労回復に大切であることや、必要なエネルギー量、お勧めの朝食例、おやつ(補食)の大切さ・選び方、運動後45分のゴールデンタイムに何を摂ればいいのか等、身体づくりについて教えていただきました。

講習会後には、たくさんの方から質問があり、興味・関心が高いことがわかりました。

今後のジュニア選手の身体づくりに役立ててもらえたらと思います。



Weider 試飲中

ウルトラキッズサッカー教室&ごちゃまぜリーグ



平成27年1月31日(土)、境港市民体育館(第2)でウルトラキッズサッカー教室が開催されました。

年中～小学1年生までの24名(未経験者・スポ少・会員等)が参加し、当クラブスタッフ7名の指導の下、楽しく身体を動かしました。

風船でヘディングや足蹴り練習、ラダーを使って足の動かし方の練習、ボールでドリブル、シュート練習、ミニゲーム等のメニューをこなしました。

シュート練習では、蹴ったボールが前に行かなくて頭をかき上げていた子どもが、ゴールに向かって入った時の嬉しそうな顔が印象的でした。

最後に、集合写真付きの認定書が1人ずつに手渡され、満足そうに眺めていました。

教室終了後、引き続き小学4年生～中学校と保護者が1試合終了毎にくじを引いてチーム編成し(ごちゃまぜ)、合計8試合をこなし合計得点で順位決定を行い、参加者全員に豪華!?賞品が渡されました。

これからスポーツを始める子に運動をするきっかけを提供し、もう始めている子ども(人)には、世代を超えて協力してプレーすることの大切さを感じてもらえたいと思います。



ウルトラキッズサッカー教室



ごちゃまぜリーグ



連絡先

NPO法人

ウルトラスポーツクラブ事務局

小原 あかね

TEL・FAX: 0859-57-5170

岩美総合型地域スポーツクラブ＊スポーツフェスティバル



平成27年1月25日（日）、岩美総合型地域スポーツクラブ主催の「第7回いわみスポーツフェスティバル」が岩美町民体育館で開催されました。

町内外から約130名の参加があり、来賓に岩美町教育委員会教育長・鳥取刑務所所長・鳥取県体育協会会長・鳥取県文化観光スポーツ局スポーツ課課長がお見えになり盛大に行われました。

【内容】

- ・鳥取刑務所刑務官による護身術
- ・現役選手による空手道演武
- ・宇佐美里香さん（2012世界空手道選手権優勝）による空手道形演武
- ・武道体験
- ・バウンズボール大会
- ・エアロビクス
- ・カレーライス試食

普段見ることのできない迫力あるアスリートの演武、なかなか体験できない武道体験やニュースポーツ体験など、盛りだくさんの内容に参加者は大満足でした。（宇佐美さんの形演武は、今年もキレッキレ！でした。）

最後に保護者の方が作ってくれたカレーライスで、腹ぺこだったお腹も大満足で帰りました。

連絡先
岩美総合型地域スポーツクラブ事務局
武田 斉
TEL：080-1914-0444