

クラブインフォメーション



発行:(公財)鳥取県体育協会 〒680-8570 鳥取市東町1丁目220番地 鳥取県議会棟別館内
TEL:0857-26-7802 FAX:0857-26-8133 E-mail:tabuchi-h@sports-tottori.com 平成28年3月 第79号

鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会中部地区交流会



平成28年2月7日(日)、北栄町B&G海洋センター体育館で、鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会中部地区交流会を開催しました。

参加者は、一般財団法人北栄スポーツクラブ、青谷スポーツクラブ、一般の方を含めて30名が、「パットゲームスター(室内グラウンド・ゴルフ)」で交流を深めました。

1チーム3~4名で、8チームに分かれ、2チーム1組で、「パットゲームスター15」→「パットゲームスター2.5」を1回ずつプレーした後、場所移動し今度は「パットゲームスター2.5」→「パットゲームスター15」の順(最初プレーしたのと逆のレーン)でプレーしスコアを競いました。

ホール、またはホールエリア内にボールを止めることが難しく、緊張しっぱなしでのプレーでした。

成績発表では、1~3位・飛賞賞(10・20位)・ブービー賞に豪華賞品が渡されました。

(長谷川会長からも、特別賞としてシイタケの袋詰めを提供していただきました。)

チームの人とお話ししながら楽しくプレーすることができ、とても盛り上がりました。

※「パットゲームスター2.5」は、縦3m35cm・横42cmの人工芝のマットで作られていて、4カ所のパットマークから、少し盛り上がったグリーン上の直径14cmのホールサークルに、3回ずつ打ちトータルで12打打つ。

「パットゲームスター15」は、縦163cm・横50cmの人工芝のマットで作られていて、マットには3カ所の半径8cmの円(ホールポスト)が設けられている。第1ホールサークルから第5ホールサークルまで、それぞれのサークルで3回ずつ打ち、トータルで15打打つ。

今回の中部地区交流会は、一般財団法人北栄スポーツクラブに、会場提供、企画・運営していただきました。ありがとうございました。

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

クラブ紹介コーナー

一般社団法人 山陰リンクの会 * 宇佐美 里香さん講演会



平成28年2月3日(水)、小鴨小学校で宇佐美里香さんによる講演会が開催されました。

体育館で全校生徒を対象に空手形の演武の披露があり、始めてみる世界レベルの演武のスピードと迫力に感動! 会場の空気が変わりました。

体験コーナーでは、学年別に、「突き」と「蹴り」を直接指導してもらい、大きな声で掛け声をかけながら挑戦しました。

講演では、「空手を通して学んだこと」というテーマでお話いただきました。

「辛いことから逃げない・気づき(あたり前のことをやる)、人に優しく自分に厳しく、良いことをすると自分に返ってくるが悪いことも自分に返ってくる。情熱・努力・感謝・感動を忘れず頑張ってもらいたい。」と宇佐美さん。

多くの子どもたちに、「夢」と「感動」を与えてくれました。

この講演会をきっかけに、空手に興味を持ち、この道に進む子どもが出てくれたら嬉しいですね。

将来この小鴨地区から空手家誕生するかも?!

連絡先
一般社団法人 山陰リンクの会
杉谷 哲治
TEL・FAX: 0858-28-3939

すなばスポーツ*すなばスポーツプロジェクト



平成28年2月11日(木)、すなばスポーツプロジェクトとして、朝日健太郎(日本ビーチ文化振興協会理事長)さんによるバレーボール教室と講演会が開催されました。

午前中のバレーボール教室では、小学5・6年生中心とした11チーム110名が参加し、ボールを使ったゲーム遊び、パス・レシーブ・サーブのやり方を教えていただきました。

デモンストレーションで、元オリンピック朝日健太郎さんのアタックを見た後、そのアタックを皆でレシーブすることに挑戦しました。(痛そ~!)

午後からは「目標や夢の見つけ方」というテーマで、努力を続ける力を身につけるための、基本練習の何故・時間の使い方・自分の動かし方・癖をつけることが大切であることをお話しいただきました。「夢は描くもの、目標はクリアするもの。まずは自分の好きなことから始めよう!」と締めくくりました。

※この事業は、平成27年度鳥取力トップランナー輩出サポート事業として、公益財団法人とっとり県民活動活性化センターとの共催で開催しました。

連絡先
すなばスポーツ事務局
岸本 雄司
TEL: 090-6304-1241

NPO法人ウルトラスポーツクラブ*土屋健二サッカー教室



平成28年2月21日(日)、NPO法人ウルトラスポーツクラブ室内練習場(スパシーヴァ)で「土屋健二サッカー教室」が開催されました。

年中さんから中学3年生までの140名が参加し、リフティングやジンガを中心にパターン毎に説明・実演していただき、実践してみました。

土屋さんが開発したジンガやリフティングテクニックに子ども達は興味津々。まるでボールが身体の一部の様に、常に足元で触れているのがとても不思議でした。

教わったことを試合に出せるように、最後に試合形式で挑戦してみました。

「なかなか試合で出すのは難しいけれど、日々の練習をあるのみ。上達するには、時間を上手に使ってください！」と金坂さん。

世界のリフティング王・土屋健二さんに教わったことは、子ども達の今後のサッカー人生に大きく関わって行くことでしょう。

※ジンガとは、相手にボールを奪われないボールキープの足技。



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

スポ net なんぶ*キネシオテーピング講習会



平成28年2月28日(日)、南部町総合福祉センターしあわせで「キネシオテーピング講習会」が開催されました。

講師に黒見弘幸さん(一般社団法人キネシオテーピング協会本部指導員)をお迎えし、「キネシオテープ」の使い方を教えていただきました。

講義では、「キネシオテープの特性と効果」をお話いただき、実技指導では、「膝・肩・腰などへの貼り方」の実習をしてみました。

実際に患部に貼ることで正常の筋肉の働きができ、本来の力が発揮できるとともに、筋肉の損傷を防ぐ効果があり、参加者は正しいテープの貼り方を教わった後、実際に貼ってみてその効果を実感しました。

実際に貼ってみて痛みが軽減されたり、左右が同じバランスで動くようになったりと、試した方が驚くほどの効き目で、まさに魔法のテープといった感じでした。

このテープをすることでケガの予防だけではなく、パフォーマンスも上がることが期待できるため、今後の自身のスポーツやお子さんのスポーツ活動に役立つ講習会でした。

※キネシオテープとは、筋肉と同じくらいの伸びがあり、患部を固定するのではなく、伸びすぎた、あるいは収縮しすぎた筋肉に沿って貼ることで、痛みを緩和、予防をはかったり、筋肉の過剰伸びを防ぐことでケガ予防に使われる。

連絡先

スポ net なんぶ事務局

神田 真紀

TEL : 0859-66-5400 FAX : 0859-66-2901