



じゅう通信 第11号

発行日 平成27年10月8日
 発行者 NPO法人 じゅう
 住所 〒936-0851 滑川市沖田新212-3
 TEL (076)471-7542
 FAX (076)471-7543

JIYUU陸上クラブニュース

JIYUU陸上クラブのメンバーの活躍をご紹介します！

【新川地区中学校新人大会】 谷口豪さん(上市中2年) 共通200m 24秒39 2位 走り幅跳び 5m83 2位



【日清食品カップ全国小学生陸上競技交流大会 富山県大会】 飛弾美乃さん(南加積小6年) 80mハードル 14秒33 4位

入賞おめでとうございます。今後も大会への出場を予定しています。引き続き、応援よろしくお願ひします。

じゅうっ子紹介コーナー

インタビュー内容

- ①夏休みの思い出
- ②教室・クラブでがんばりたいこと



野村瑠那さん(A)
上市中央小学校2年

- ①友達と映画「インサント・ヘッド」を見に行ったこと
- ②バック転ができるようにがんばりたいです



鷺本結暖さん(B)
速星小学校3年

- ①みんなで芝政へ行ったこと
- ②走ることをがんばりたいです



池原知樹さん(陸上クラブ)
南加積小学校6年



- ①ディズニーランドとシーへ初めて連続で行きました。いろいろなアトラクションがあって楽しめたのですが、2日間ずっと歩いていると足が痛くなりました
- ②次の大会で100mを15秒で走れるようにがんばりたいです



堀内実稀さん(陸上クラブ)
宮川小学校5年

ご協力ありがとうございました！

こんな教室やってます！！

今回は7月にオープンした「イオンモールとなみ」で開催している2教室をご紹介します。(担当:坂本)

○体操教室(水曜日)

内容: 縄跳び・マット・鉄棒を基本から練習
 対象: 幼児～小学生
 時間: 16:50～17:40(50分)



○バック転教室(水曜日)

内容: 前転・後転・側転・倒立・バック転の練習
 対象: 小学生
 時間: 17:50～18:40(50分)

スタッフのあれこれ

秋の夜長は…



- 児玉 … 瞑想で精神統一
- 土田 … 一心不乱にバットの素振り
- 坂本 … ホット梅酒で、ホットひと時
- 大崎 … 音楽鑑賞、マイブームはアナログレコード
- 坂口 … ストレッチで心も体も柔軟に
- 酒井 … テレビを見ながら半身浴
- 田畑 … 温泉でゆっくり、男子力アップ
- 濱田 … お肌のパックで女子力アップ



児玉のつぶやき

秋のおとずれと共に、過ごしやすい時期ですね。スタジオじゅうでは、新たなチャレンジとして成人から高齢者むけの運動教室を企画しています。その一環として、スタジオじゅう上市本社では、ヨガ教室を好評開催中です。

大自然あふれるスタジオじゅう会場で、秋を感じながらヨガに親しんでみては、いかがでしょうか？

