



スポーツチャレンジ(SC) ～蹴って、走って、投げて～



イメージキャラクター
トリハー君

10/5(土)夢の島フットサル

第18回目のスポーツチャレンジ(SC)を開催しました。

本当に秋ですかという気温の中のスポーツチャレンジ(SC)になりました。
暑いので、途中何度も水分補給を取りながら、体を動かして行きました。

皆で手を繋いで、輪を作ることができるトレーニングを行った後には、ジグザグ走りや、カニ走りなどを行いました。



途中、SC恒例のカラーボール拾いも行いました。

スポーツチャレンジでは、これをやっちゃだめ、これをしなさいはなしで、好きに体を動かして頂きたいと思っています。その中で、できることを少しずつできる体の動きを行っていただければと思います。

続けてきた選手は、パス交換や、ドリブルシュートができるようになっています。
指導員の動きをよく見て、模倣が出来てきている証拠です。

何よりもゴールを決めた時の喜びをいっぱい感じてほしいです。

チームTorihaは、10/20(日)
江東区門前仲町

