



2016年★初蹴り!!



新しい年が始まり、お正月をゆっくり過ごした体も・・・少しずつ動き始めました!! サッカーがどんどん上手になっていく子供たち! シュートをする力も強くなり、ゴールキーパーがいてもシュートを決められるようになってきました。今回は、そんな子供たちの「2016年★初蹴りショット」を集めてみました。今年はどうな「できた!!」が聞けるのか楽しみです。



ドリブル対決では、「隣のお友達に負けないぞ!」とスピードが出せるようになりました!



室内では、懐かしいおもちゃが人気です。



アバンツアーレスポーツ仙台SC速報!

「今年も頑張るぞ! 東京に行くぞ!!」
人数も増えてきて、試合形式での練習では実践と同じ5対5で! 気合いが入ります。
「土曜日は、本気モード!!」と言うのは、K指導員、「気を抜くとすぐに得点されてしまうのでつい本気で止めに行ってしまう。」と、楽しみです。

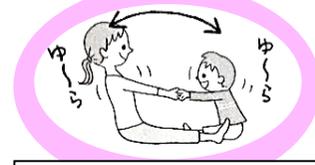


新・ちよつこつと情報コーナー No.16



「お正月休みでなまった体は親子体操でほぐしましょう!」

冬休みは、どちらかと言うと、おいしいものが沢山あったり、家の中で過ごしたり。どうしても運動不足になりがちです。お子さんもですが、もちろんお母さん、お父さんもです! そこで、お母さんやお父さんとボディタッチを取り入れながらできる柔軟体操を紹介します。親子で楽しんでください。



○ゆるらぽーと：二人で向かい合って足を広げて座り、両手をつないで交互に引っ張り合います。勢いを付けずに行ってください。



○ぐるりんぼ：二人で向き合って手をつなぎます。その後、息を合わせて、手を離さずにぐるりんぼと向きを変えます。



○ひねってパンパン：二人で背中合わせに立ちます。「ひねってパンパン」と言いながらお母さんの手を揉んでパンパンしてもらいます。



これってHappy!! No.9

帰りの送迎バスの窓が開きました。入社4日目の私の顔を見て岳人君が「まゆみ先生? まゆ先生?」と悩みながらも一生懸命に名前を呼んでくれました。心がぼかぼかになりました。「これってHappy!!」守でした!

皆さんの「これってHappy!!」情報も教えてください。
こちらまで info@avanzare-sports.com 待ってます。写真もどうぞ!



アバンツアーレスポーツから(事務局より)



来年度の利用計画について

利用計画の提出、ありがとうございました。皆様のご協力で来年度の活動状況が見えてきました。ただ、最終決定ではありませんので、何かご不明な点や、こんな利用もしてみたい、と言う方がおられましたら、お気軽にご連絡ください。アバンツアーレスポーツとしては今年度の利用者を優先して決めていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

体調管理に気を付けよう!

ついに去年より1ヶ月遅れでインフルエンザの流行が始まりました。手洗いがいでの予防はもちろんのこと、栄養と睡眠をしっかり取ることも予防のひとつです! 体力をつけると共に休息をしっかり取ることで身体の抵抗力を高め、ウイルスに感染しにくくなります。元気に動いた後は、しっかりご飯を食べ、しっかり休んで、この冬を乗り切りましょう!

