

総合型地域スポーツクラブ

一般社団法人



ライズはしかみ 広報誌

令和元年度 6月号

階上町道仏字耳ケ吠 32-21

TEL:0178-32-0147 (町民体育館)

FAX:0178-32-0157

HP <http://www.risehashikami.jp/>

Mail info@risehashikami.jp

梅雨入りの時期がやってきました。蒸し暑くじめじめしている日は、体が汗を蒸発しきれずに体の中に熱がこもりがちになり、熱中症の危険性があります。運動をしている時はもちろんのこと、運動をしていない場合でも、こまめな水分補給は欠かさずに行いましょう。

さて、ライズはしかみは皆様のご支援とご協力により様々な活動・イベント等に参加させていただいております。今後ともよろしくお願いいたします。

参加者大募集！



「親子でわくわく運動遊び教室」

～親子で一緒にコーディネーショントレーニング～



写真は毎週水曜日に行っているコーディネーション教室の様子です。ボールなどを使って楽しく身体を動かします。



コーディネーショントレーニングは、子供の潜在的な能力を引き出すと共に、将来やりたいスポーツに対応できる能力を身につけることが出来ます。

★会場：小舟渡小学校

★開催日：7/21(日)

年中・年長：9:30～10:30

小学校1～4年生：11:00～12:00



ぜひ親子でわくわく運動遊び教室にご参加ください！！

レヴァンテFC階上 大会結果！！

第51回 青森県U-12サッカー大会 青森県大会

トーナメント1回戦 レヴァンテFC 階上 vs FCトゥリオニ

結果：1-5 トーナメント初戦敗退

残念ながら試合は敗退してしまいましたが、選手達は最後まで楽しく戦っていました！！今後も、「楽しく・激しく」頑張ります！！



トランポリン教室 活動の様子



トランポリン教室では、全員がバク転に挑戦しています。

また、小学3年生以上のクラスでは、前方宙がえりという技にも挑戦しています。みんな楽しく、カッコいい技を行っています！！