

第2回東灘区地域スポーツクラブ バドミントン交流大会

平成24年9月23日(日)

東灘体育館で、東灘区の地域スポーツクラブ3クラブが集まり、バドミントンの交流大会を行いました。参加者が少ないかと心配されていましたが、みなさん和气藹々と協力し合い、とてもスムーズに進行していき、ゲームの合間に、審判なども率先して勤めてくださり、予定以上にたくさんゲームを行うことができました。時には、白熱したバトルが繰り広げられ、大変盛り上がった大会となりました。大会後も、みなさん熱心に練習をしておられる姿を見て、本当にバドミントンが大好きなのだ、と感じることができました。初めての方でも気軽に参加できる大会ですので、来年度の試合出場に

向けて、あなたも始めてみませんか？

★参加クラブ

- ・のびのび魚崎クラブ
- ・東灘クラブ
- ・福池・文化スポーツクラブ

★試合結果

*ジュニアシングルス

- 〔優勝〕 赤在侑莉 (魚崎)
- 〔2位〕 山田弥生 (魚崎)
- 〔3位〕 指宿未来 (魚崎)

*ジュニア女子ダブルス

- 〔優勝〕 佐藤・森田 (魚崎)
- 〔2位〕 佐藤・相原 (魚崎)
- 〔3位〕 石上・赤在 (魚崎)

*一般男子ダブルス

- 〔優勝〕 森岡・王 (魚崎)
- 〔2位〕 上田・古角 (魚崎)
- 〔3位〕 富永・森岡 (魚崎)

*一般女子ダブルス

- 〔優勝〕 相原・森岡 (魚崎)
- 〔2位〕 高田・佐藤 (東灘)
- 〔3位〕 富永・楠 (魚崎)
- 〔3位〕 小田・指月 (福池)

24年度第2号

神戸市立東灘体育館

〒658-0025

神戸市東灘区魚崎

南町6-5-11

電話(078)

452-9279



ワイワイ卓球大会

平成24年12月2日(日)、
「第11回ひがしなだ
ワイワイ卓球大会」が
開催されました。兵庫県内外から114人の
小学生が集まり、盛り上がった大会と
なりました。今年で11回目を迎え、まだ
卓球を始めたばかりのお友だちから、
数々の大会に参加している経験者まで、
皆一緒に卓球することを楽しみました。



ワイワイ卓球の翌週12月9日(日)
には、MXバドミントンの大会が
行われました。豪華商品を目指して
29組58名の方々が戦いました。
気温の低い競技場で、熱い戦いを
見せてくださいました！
この、MXバドミントン大会は
今回でなんと31回目!!
歴史を感じる大会でした。
体育館には、歴代受賞者の
名前が記されたトロフィーも
展示されておりますので、
是非、ご覧になってください。

MXバドミントン大会

東灘体育館 冬の教室募集中

1月開講!

大人気!
子ども教室



シニア下級教室 (土)



おとな教室!

1月開講!

お気軽にお問い合わせ下さい。



卓球教室 (木曜・金曜)

健康体操教室 (金)



フィジカルビューティー教室 (火)



11月10日(土)、東灘体育館の体育室にて、「食習慣を見直そう」というテーマで、管理栄養士の方に講義をして頂きました。

歳食健美
~これならできる家族の為の健康講座~

後半は体育館専門指導員による「運動面からのアプローチ」ということで、簡単なストレッチや、スクワットなどのトレーニングを行いました。プログラムでは、皆さん楽しみながら取り組んで頂きました。50歳以上の方が多く参加してくださる中、小さなお子さんのいらっしゃるご夫婦も参加して下さいました。また健康に興味のある方は、このようなイベントを随時行ってみられますので、是非お気軽にご参加下さい。

スポーツ栄養セミナー

神戸女子大学家政学部から、田中紀子教授をお招きして、11月17日(土)「競技力を高める栄養の取り方」と題して、ご講義を頂きました。少し肌寒くなってきた中、16名の方がご参加下さり、熱心に勉強しました。専門的なお話から、試合の前日・当日・試合途中の食事までとても分かりやすく神戸マラソンですぐに実践できる内容となっていました。

最後には感想や質問を述べる手がたくさん上がりました。また、講演終了後には資料に目を向ける方、教授に声を掛ける方など、積極的に学ぶ姿が見られました。栄養の取り方は、スポーツをする上で重要なことです。食事にも目を向けてみましょう!

東灘体育館情報
教室編