

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年11月24日(土) / 第1部

場所 エディオンアリーナ大阪 第2競技場

あなたの未来を強くする

住友生命



潮田玲子さんと一緒に記念撮影

潮田玲子さんと 親子で一緒に運動しよう

in
大阪

11月24日(土)、「スミセイ Vitality Action」親子バドミントン編を開催し、41組83名の方にご参加いただきました。

この日は「親子で一緒にカラダを動かそう」をテーマに、元バドミントン日本代表の潮田玲子さんを講師にお迎えしました。まずは、ストレッチと前後やクロスにステップを踏むチャイナステップでウォーミングアップ。その後、ラケットの持ち方や構え方を教わり、シャトル拾いや、真上にシャトルを打つ練習を行な

いました。

その後、ラリー

形式の練習では、「ラケットを持っていない方の手を上げ、半身になって1で構えて2で振る」というストロークのコツを教えてもらい、全員で挑戦しました。

潮田さんは、終始コートを回りながら、手取り足取り丁寧にアドバイス。「楽しむ気持ちを忘れずに、これからも親子で体を動かしてください」とエールを送って下さいました。



【上】シャトル打ちに挑戦!

【下】潮田さんに打ち方を教えてもらう

スミセイ「Vitality Action」は、大切な人と一緒に運動することで、「もっと健康に、そして幸せになってもらいたい」という想いを込めたプロジェクトです。

たいせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年11月24日(土) / 第2部

場所 エディオンアリーナ大阪 第2競技場

あなたの未来を強くする



潮田玲子さんと一緒に記念撮影

潮田玲子さんと 親子で一緒に運動しよう

in
大阪



【上】親子でラケットの握り方を確認
【下】スマッシュ打てるかな？

スミセイ「Vitality Action」は、大切な人と一緒に運動することで、「もっと健康に、そして幸せになってもらいたい」という想いを込めたプロジェクトです。

11月24日(土)、「スミセイ「Vitality Action」親子バドミントン編を開催し、32組65名の方にご参加いただきました。この日は「親子で一緒にカラダを動かそう！」をテーマに、元バドミントン日本代表の潮田玲子さんを講師にお迎えしました。

まずは、ストレッチと前後やクロスにステップを踏むチャイナステップでウォーミングアップ。その後、ラケットの持ち方や構え方を教わり、シャトル拾いや、真上にシャトルを打つ練習を行いました。

潮田さんは、終始コートを回りながら、手取り足取り丁寧にアドバイス。「楽しむ気持ちを忘れずに、これからも親子で体を動かしてください」とエールを送って下さいました。

いました。

その後、ラリー

形式の練習では、

「ラケットを持っていない方の手を上げ、半身になって1で構えて

2で振る」というストロークのコツを教えてもらい、全員で挑戦

しました。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」