

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年5月26日(土) / 第1部

場所 広島県立総合体育館

あなたの未来を強くする



島山愛理さんと一緒に記念撮影

島山愛理さんと 親子で一緒に運動しよう

in
広島

5月26日(土)、「スミセイバイタリティアクション」親子体操編を開催し、18組39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、元新体操日本代表の島山愛理さんを講師にお迎えしました。

まずは島山さんが美技を披露。180度を越える開脚やリボンの演技を披露すると、場内からは歓声が上がりました。それから楽しいプログラムがスタート。片足で立って止まる「だるまさんが

転んだ」や、親子で一緒に走るリレーなどで体を動かしました。その後フラフープやボールを使って、新体操の演技の基本となる練習をしました。

「親子で体を動かす楽しさを感じていただけたのではないかと思います」と話された島山さん。最後はみんなで一緒に記念撮影を行いました。

親子で楽しくカラダを動かして、いい汗をたくさんかいて笑顔になれた一日でした。



【上】リボンを使ってお手本を見せる島山さん

【下】お母さんが持ったフラフープの上をジャンプ。

スミセイバイタリティアクションは、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ほしい」という想いを込めたプロジェクトです。

たれせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ バイタリティ アクション

Sumisei Vitality Action

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年5月26日(土) / 第2部

場所 広島県立総合体育館

あなたの未来を強くする



島山愛理さんと一緒に記念撮影

島山愛理さんと 親子で一緒に運動しよう

in
広島

5月26日(土)、「スミセイバイタリティアクション」親子体操編を開催し、35組77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、元新体操日本代表の島山愛理さんを講師にお迎えしました。

まずは島山さんが実技を披露。180度を越える開脚やリボンの演技を披露すると、場内からは歓声が上がりました。それから楽しいプログラムがスタート。片足で立って止まる「だるまさんが

転んだ」や、親子で一緒に走るリレーなどで体を動かしました。その後フラフープ

やボールを使って、新体操の演技の基本となる練習をしました。

「親子で体を動かす楽しさを感じていただけたのではないかと思います」と話された島山さん。最後はみんなと一緒に記念撮影を行いました。

親子で楽しくカラダを動かして、いい汗をたくさんかいて笑顔になれた一日でした。



【上】親子でボール投げ。キャッチできるかな?
【下】フラフープを使って指導をする島山さん

スミセイバイタリティアクションは、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。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ バイタリティ アクション

Sumisei Vitality Action