

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年8月20日(月) / 第1部

場所 島津アリーナ京都(京都府立体育館)

あなたの未来を強くする



大林素子さんと一緒に記念撮影

大林素子さんと 親子で一緒に運動しよう

in
京都

8月20日(月)、「スマセイ Vitality Action」親子バレーボール編を開催し、34組73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、元女子バレーボール日本代表の大林素子さんを講師にお迎えしました。

ウォーミングアップの後、親子ペアでのボール転がしや、手を使わずに体で挟んでのボール運びなどで、ゆつくりボールに慣れていきました。

次に、オーバー

ハンドパスや

アンダーパス、レ

シーブの練習を行い、制限時間内
にできるだけ多くラリーできる
よう親子で頑張りました。

最後はスパイクやサーブに挑
戦して、イベントは終了しまし
た。

大林さんからは「人より少し
だけ頑張ることが夢をかなえる
一歩。夢に向かって努力を続けて
ください」とアドバイスを頂きま
した。



【上】サーブの指導をする大林さん

【下】親子でウォーミングアップ

スマセイ「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

スマセイ「Vitality Action」

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年8月20日(月) / 第2部

場所 島津アリーナ京都(京都府立体育館)

あなたの未来を強くする



大林素子さんと一緒に記念撮影

大林素子さんと 親子で一緒に運動しよう

in
京都



【上】サーブの指導をする大林さん

【下】パスの練習をする親子

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。

8月20日(月)、「スミセイ「Vitality Action」親子バレーボール編を開催し、26組58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、元女子バレーボール日本代表の大林素子さんを講師にお迎えしました。

次にオーバーハンドパスやアンダーパス、レシーブの練習を行い、制限時間内のできるだけ多くラリーができるよう親子で頑張りました。最後はスパイクやサーブに挑戦して、イベントは終了しました。

大林さんからは「人より少しだけ頑張ることが夢をかなえる一歩。夢に向かって努力を続けてください」とアドバイスを頂きました。