

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年11月3日(土) / 第1部

場所 山梨県立大学 飯田キャンパス 体育館

あなたの未来を強くする



山本隆弘さんと一緒に記念撮影

山本隆弘さんと 親子で一緒に運動しよう

in
山梨

11月3日(土)、「スミセイ

「Vitality Action」親子バレーボール編を開催し、26組57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、元男子バレーボール日本代表の山本隆弘さんを講師にお迎えしました。

まずは、親子で足裏を合わせてボールを体の周りで回したり、ボール取り対決をしたりして楽しく体をほぐしました。

その後は、アンダーパス、

オーバーパスの

正しい形を教わ

り、親子で何回で

きるか挑戦。「いち、にい、さん」とカウントする大きな声

が体育館に響きました。

最後は、山本さんがスパイクを

実演。2mの山本さんからくりだ

すボールの速さにプロの凄さを

感じました。

山本さんは「今日をきっかけ

に親子で体を動かしていい汗を

たくさんかいてください」と話し

て下さいました。



【上】オーバーパスを指導する山本さん
【下】アンダーパスの練習をする参加者

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3日(土) / 第2部

場所 山梨県立大学 飯田キャンパス 体育館

あなたの未来を強くする



山本隆弘さんと一緒に記念撮影

山本隆弘さんと 親子で一緒に運動しよう

in
山梨



【上】オーバーパスを指導する山本さん
【下】親子でボール回しをする参加者

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3日(土)、「スミセイ Vitality Action」親子バレーボール編を開催し、17組40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、元男子バレーボール日本代表の山本隆弘さんを講師にお迎えしました。

まずは、親子で足裏を合わせてボールを体の周りで回したり、ボール取り対決をしたりして楽しく体をほぐしました。その後は、アンダーパス、オーバーパスの正しい形を教わり、親子で何回できるか挑戦。「いち、にい、さん」とカウントする大きな声が体育館に響きました。最後は、山本さんがスパイクを実演。2mの山本さんからくりだすボールの速さにプロの凄さを感じました。山本さんは「今日をきっかけに親子で体を動かしていい汗をたくさんかいてください」と話して下さいました

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」