

Sumisei Vitality Action Report

日付 2022年10月15日(土) / 第1部

場所 カシマスポーツセンター

この活動を通じてSDGsの達成を目指します
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



内村航平さんと一緒に記念撮影

内村航平さんと 親子で一緒に運動しよう

in
茨城



【上】参加者を指導する内村さん
【下】新聞紙を落とさないように走る親子

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。

10月15日(土)、「スミセイ「Vitality Action」親子体操教室を開催し、44組88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、元プロ体操選手の内村航平さんを講師にお迎えしました。
最初に身体をほぐすストレッチをした後、マット運動では前転や後転などのコツを、内村さん直々に教えていただきながら親子で挑戦。初めに内村さんが大技も交えながらお手本を披露すると、場内は大きな歓声と拍手に包まれました。

最後は3チームに分かれ、新聞紙を手を使わずに落とさず走るリレーを実施。各チームから走者に声援が送られる中、親子がバランスをとりながら猛ダッシュ!最後は内村さんもレースに加わり、大盛り上がりでした。
閉会式では内村さんから「皆さんと楽しい時間を過ごすことができました。今日のイベントが、子供たちには体操に興味を、保護者の方々には身体を動かすきっかけになってくれたら嬉しいです」と話してくれました。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」

Sumisei Vitality Action Report

日付 2022年10月15日(土) / 第2部

場所 カシマスポーツセンター

この活動を通じてSDGsの達成を目指します

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



内村航平さんと一緒に記念撮影

内村航平さんと 親子で一緒に運動しよう

in
茨城

10月15日(土)、「スミセイ

「Vitality Action」親子体操教室を開催し、40組80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、元プロ体操選手の内村航平さんを講師にお迎えしました。

最初に身体をほぐすストレッチをした後、マット運動では前転や後転などのコツを、内村さん直々に教えていただきながら親子で挑戦。初めに内村さんが大技も交えながらお手本を披露すると、場内は大きな歓声と拍手に包まれました。

最後は3

チームに分かれ、新聞紙を手を
使わずに落とさ
ず走るリレーを実施。各チーム
から走者に声援が送られる中、
親子がバランスをとりながら猛
ダッシュ!最後は内村さんも
レースに加わり、大盛り上がり
でした。

閉会式では内村さんから「皆さんと楽しい時間を過ごすことができました。今日のイベントが、子供たちには体操に興味を、保護者の方々には身体を動かすきっかけになってくれたら嬉しいです」と話してくれました。



【上】参加者に技を披露する内村さん

【下】マット運動に挑戦する参加者

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」