

9月のSKIP通信

ラダー測定会 メダル受賞者

すばらしい記録!
よくがんばりました!

1位



スイムクラブ大府(水)
はなじま たくみ さん

幼児:「ラテラルラン」
3.58秒

1位



スイムクラブ大府(土)
きたせ なな さん

低学年:「2イン1アウト」
3.78秒

1位



オクトピア(水)
なかい しゅうすけさん

高学年:「2イン1アウト」
3.14秒

小学生
8月メニュー!

高跳び最高記録者!

★ チャレンジする気持ちが
どんどん記録を伸ばします!!

1年生

金山(岐阜)
たなか あおと さん
100cm

2年生

下呂(岐阜)
まつだ しょうへい さん
90cm

3年生

カルチバ(愛知)
いとう ゆうせい さん
90cm

4年生

金山(岐阜)
たなか しょうま さん
100cm

5年生

あご(三重)
こばやし みお さん
109cm

6年生

とこなめ市民(愛知)
いとう みゆ さん
115cm

9月は運動会に向けて

「走る力を伸ばす!」

スキップ体育スクールでは、ただ走るだけでなく
本番で使える動きを練習していきます!

目指せ!
学年トップ!



- ✓ 徒競走で自信を持って走る!
- ✓ リレーでチームに貢献する!
- ✓ 最後まであきらめない気持ちを持つ!

本番で活きるポイントを楽しく習得!

開脚前転にチャレンジ!

できたら
ポーズ!

- 1 シャーゲンで手をつく
- 2 頭の後ろをつき体をまるめる
- 3 足を開いてひざをのぼす
- 4 手でマットを押して体を起こす
- 5 足を開いたまま立ち上がる



ポイント①

起き上がる勢いをつくろう

ポイント②

手に着くタイミングと足を開くタイミングを合わせよう

先生からのひとこと

足をしっかり開いてひざを伸ばして
かっこよく立ち上がれるように
練習していこう!