

スポーツ選手活用体力向上授業

ちょっと前のことになりますが、8月31日(火)の野球教室についてお知らせします。



日本人初のメジャーリーガーならではの
お話がたっぷり聞けました。(^^)



まずは準備体操。けがをしないことが
一流選手の証です。(^^)



次は、ピッチングの極意を伝授していただき
ました。奥が深い(*_*)



ふだんあまりキャッチボールをしない女の子
にもわかりやすく教えて下さいました。
(^^)



一人一人に声をかけてアドバイスして下
さいました。(^^)



30度を超える炎天下の中熱血指導し
て下さいました。みんなも真剣です。
(^^)/



緩いボールを打つスバッティングはなかな
か芯に当たりません。(^^)



ナイスバッティング！！だんだん芯に当
たるようになってきました。(^^)v



最後にバッターボックスに立って村上さ
んの球を打ち返しました。(^^)



みんなで記念写真を撮りました。(^^)v



たくさんのお話をしながらいっしょに
給食を食べました。(^^)



最後にお礼のご挨拶に行ったら、
いっしょに記念写真を撮ってもらいま
した。!(^^)!