

フォルダスクール ふれあい通信

2February, 2010

冬真っ盛り！

元気な子には

外遊び！



2010年も1ヶ月が過ぎようとしています。冬は1年で一番運動不足になりがちな時期です。この冬は雪がたくさん降って、外で遊ぶ絶好の機会です。スキーやソリ遊び、雪合戦などをしてたくさん元気にカラダを動かしましょう！！

15歳のオリンピック挑戦！！
～ちいさいころはいろんなことにトライ～



2月はバンクーバー（カナダ）オリンピックが開催されます（2月13日）。

今回の注目はなんとと言っても中学生スケーター高木美帆選手（北海道・札内中3年）です。

彼女は、スケートだけではなく、小学校時代では陸上の地区記録をぬりかえたり、中学校ではサッカー部に所属し道大会出場に貢献、女子サッカー日本15歳以下の代表合宿に呼ばれるほどの選手です。

ちいさな頃から、いろいろな運動に興味をもち取り組んできた環境が才能を開花させたと考えられています。

フォルダスクールで活動するみんなにもチャンスがあります。スクールの活動を通じて、運動能力だけでなくコミュニケーション能力などを身に付けていきましょう。

家族でカラダを知る



～フォルダ体力チェック～

この機会に**家族**で体力チェックをおこないましょう！

日時：平成22年2月28日（日）9：15より（受付）

場所：サンレック北上（常盤台）

持ち物：上履き・タオル・水分補給用飲料

参加費：無料

内容：長座体前屈や握力の定番種目など6種目を測定します。

参加者にはカルテを作成し、一生涯測定記録を残します。

測定後にはお楽しみ大抽選会もあります。

参加できないスクールメンバーは担当コーチに連絡してください。

特定非営利活動法人 フォルダ

岩手県北上市大通り1 3 1 おでんせぐろ～ぶ 3F

団体活動室A・B

Tel/Fax：0197-63-2359 フォルダ携帯：080 3146 9324

からだの運動も、こころの運動もスポーツだ。

FOLDER SCHOOL