

令和7年9月1日（月）



陸 上 教 室

今日から9月ですが、真夏のような強い日差しが照り付け、気温も30度を軽く超えました。

そんな暑い中でしたが、運動会や町の陸上大会に向けて走力をアップしようと、陸上教室を行いました。講師は昨年に引き続き、南陽ランニングクラブ代表の吉野恵さんをお願いしました。

この日は暑かったこともあり、玄関付近でタオルを使ったストレッチや投げる運動、ペアでのタオルキャッチなどを中心に行い、最後にグラウンドを走りました。子ども達は普段とは違う運動に汗を流しながら楽しく取り組みました。

陸上教室は来週の8日に2回目を行う予定です。次回も楽しみです！