



8.30
Fri.

EVENT 3 ナイトヨガ

今年もいろんな屋外施設でナイトヨガイベントを開催しました。ゆりの里では綺麗なイルミネーションにも癒され、素敵な空間の中、屋外ヨガを楽しみました。一日の終わりに夜空の下、自然を感じながらヨガで疲れやストレスを癒し、自分と向き合う時間を作りみなさんリラックスされていました。



8.23
Fri.



5.31
Fri.

- 左から
- ①三国運動公園陸上競技場で夜風を感じながら☆
 - ②陸上競技場ではグループヨガも楽しみました。
 - ③丸岡バスターミナルにぎわい広場。呼吸を整えリラックス♪

9.8
Sun.



EVENT 4 わんぱく王国～カヌー体験～

9/8(日)北潟湖で『カヌーツーリング』の出張指導があり、市内の小学生がたくさん参加してくれました。漕ぎ方や転覆の対処法などを練習して、北潟湖内を往復約1.5kmぐるっとツーリング。風が強い中、みるみる上達していく子供たち。チーム対抗のリレーも盛り上がりました。

EVENT 5 夏のかげっこスクール

8.23
Fri.



スポフェスかけっこ編では、三国高校陸上部の皆さんが子供たちに指導をしてくださいました

毎年恒例の夏休み企画。走り方のコツを教わった子供たちのほとんどが、初回の計測より記録を更新しました。スポフェスかけっこ編では三国高校生の指導の下、ハードルや高跳びも体験し、最後全員リレーで盛り上がりました♪



みくに教室



まるおが教室



はるえ教室



さかい教室

