

スタートライン新聞

2016年9月 刊行

facebookで
 体育指導の
 スタートラインを
 検索して「いいね！」を
 してください。

野外教室の開催状況や、
 イベントの様子が見られ
 ますよ！

いいね！

ホームページは
こちらから！！



秋の運動会に向けて かけっこ特訓！

皆様いかがお過ごしですか？
 夏休みに入り、クーラーや扇風
 機なしではいられない、という
 方もいらっしゃるのではないで
 しょうか？しかし、もう勝負は
 始つています。秋の運動会に向
 けて、かけっこは今まさに激戦、
 各屋外教室ではかけっこの精鋭
 たちを派遣し、**運動会の覇
 者**になるべく、お子様への熱い
 指導を行っています。一番で
 ゴールテープをきる運動会の
 主役は一体誰でしょうか。そう、
 それは、**自分自身**です！



また、春に行われた**1DA
 Y**かけっこイベントの第2
 回が行われます。スタートラ
 インが誇る**かけっこ指導の精
 鋭**が集結し、グループに分
 かれて事細かく指導を致しま
 す。道具を使用した技術レッ
 スンから、最後は全員参加の
リレーなども行う予定です。
 1日って長いな〜って、そう
 感じる方も多いと思いますが、
 中身の濃いレッスンを受けるこ
 とで、あつという間に時間が
 経っていくことでしょう。大勢
 の方の参加をおまちしてい
 ます！

まだまだ続きます 水泳教室・水泳イベント

大人気、水泳教室もまだまだ
 続きます。なんとイベントは
10月もご用意があります。
 「この夏でみっちり泳げるよ
 うになりました！」、もう少し
 レッスンを行いたかったん
 ですね！なんていう皆様の声にお
 応えするべく、各教室でレッ
 スンを**絶賛開講中**。安全面
 に配慮し、きめ細やかなレッス
 ンを行うとともに、お子様の水へ
 の恐怖心も自然とほぐしてい
 きます。

タイムアップを目的としたお
 子様はさらに速いタイムを目
 指し、目標に向かって先生と一
 緒に頑張っていきましょう！



注目！ 経口補水液って知っていますか？

経口補水液とは？
 水と塩分と糖質をバランスよく
 含み、カラダへの速やかな吸収
 に優れた成分になっています。



塩分も糖質も多すぎても少なすぎても効果が弱まります。

経口補水液 Q&A

Q.スポーツドリンクとは何が違うのですか？

一般的にスポーツドリンクは、経口補水液よりも電解質濃度が
 低く、糖質濃度が高くなっています。通常の水分補給であれば、
 スポーツドリンクでも十分ですが、下痢や嘔吐、発熱、激しい
 発汗などで脱水状態になりやすくなっているときや、脱水状態に
 なってしまったときは、経口補水液が適しています。

通常の水分補給 = スポーツドリンク
 軽度から中等度の脱水状態 = 経口補水液

『今月の名言』

ちっぽけなプライドこそ、その選手の成長を妨げる。

野村 克也



体育指導の
スタートライン

有限会社 WIN AGENT
 〒142-0042 東京都品川区豊町4-20-3 ライズビル1階
 Mail : info@start-line.net TEL : 03-3788-9322

http://start-line.net

ACTIVE SMILE

アクティブ スマイル