

# ジュニアアスリートセミナー



講師はD-BASEスポーツ教室代表の橋場駿士さん。県内で唯一のKOBATレA資格を持っており、専用の器具を使いセミナーを行っていただきました。

前半はコントロールテストを行い、各自の現時点での能力を把握しました。

後半はその結果を基に、運動能力の上がるトレーニングを行いました。参加された子どもたちはみんな楽しくトレーニングに取り組んでいました。

今回やったことは、普段の練習の中でもできるものなので継続して更なるレベルアップを目指してほしいです。

**参加された皆様、ありがとうございました！**