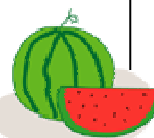




JKFA サマーフィットキャンプ 2014 実施報告

目指せ！チャレンジカップ入賞！ダンステクニックをリーダーから学ぼう！

アドベンチャーいっぱいの楽しい夏合宿で
ココロとカラダを強くしよう！



イベント名 JKFA サマーフィットキャンプ 2014
主催 一般社団法人日本こどもフィットネス協会
開催日 2014 年 8 月 18 日(月)・19 日(火)
開催場所 かなの湯
参加者数 33 名【合宿参加者 28 名(小学生 18 名・中学生 10 名)・講師 5 名】

講師

コーディネーター	渡辺みどり	JKFA 日本こどもフィットネス協会会長
キャンプリーダー	伊藤愛里	JKFA 日本こどもフィットネス協会公認インストラクター・全国こどもチャレンジカップ東京都大会リード
キャンプサブリーダー	鳥巢愛佳	JKFA 日本こどもフィットネス協会公認インストラクター・全国こどもチャレンジカップ東京都大会リード
キャンプサブリーダー	内田明良	JKFA 日本こどもフィットネス協会公認インストラクター
	河野さゆり	JKFA 日本こどもフィットネス協会公認インストラクター

JKFA サマーフィットキャンプ 2014 が開催されました。全国こどもチャレンジカップ東京都大会を 1 週間後に控えた元気な子ども達 28 名が参加しました。渡辺みどり先生より、開会式で「それぞれの発見をしてほしい」というお言葉により、みんな目標をもち 2 日間取り組んでいました。

ヒップホップのサーキット対策は皆集中して、細かい点も習得しようと熱い眼差しでした。アクティビティ&エアロではつま先の向きや身体の引き上げなど、基礎から徹底的に練習しました。ヒップホップは音にハマるかっこいい振付けで子ども達の集中力が途切れることなく踊りこんでいました。エアロビクス練習では、エレメントの練習もたっぷり行いました。練習中に倒立が出来るようになった参加者がいたりと皆の笑顔が印象的でした。

練習以外にも、温泉や花火大会、スイカ割り大会なども行ない自然の中でみんなと楽しい時間を過ごしました。MTG では、鳥巢愛佳さんによる「総合優勝までの道のり」のお話を伺い、諦めないことの大切さを学びました。1 人ずつきちんと目標も言えるようになり、挨拶や返事をきちんとする、団体行動ならではの時間配分、礼儀の大切さも身に付きました。参加者全員がそれぞれの目標を持ち、チャレンジカップでの入賞を目指すための刺激となる合宿になったことと思います。

