




総合型地域スポーツクラブ 訪問日記【5月号】

クラブ名	IDBスポーツクラブ	訪問日	5月13日	訪問者	宮田 大樹
訪問詳細	<p>今回は、岩国市で活動するIDBスポーツクラブ主催のIDBカップ小学生ハンドボール交流大会の様子をうかがってきました。この大会は、高学年男子・女子を参加対象とし、子ども同士が交流を図ることを大きな目的とし、順位を決めるための大会ではありません。普段試合に出ることが少ない子どもが、試合体験をするとともに、同世代の仲間たちのプレーを見て技術向上につながることやハンドボールの楽しさや面白さを実感することができる大会を目指しているそうです。平成22年に第1回大会を開催し、平成25年からは、春と秋の年2回の開催とし、現在では、中国地区をはじめ、四国や九州からの参加もある大きな大会となっています。</p> <p>12回目となる今回は、男女8チームずつの16チームが参加し、ハンドボールを通して交流を図っていました。今後も、交流大会が永く続くことと、さらに参加チームが増え、ますます大きな大会となることを期待しています。</p>				

クラブ名	俵山スポーツクラブ	訪問日	4月29日	訪問者	岡村 睦美
訪問詳細	<p>今回は、俵山スポーツクラブの「グラウンドゴルフ交流会」へ参加してきました。この交流会は、毎年総会終了後に開催されています。動くことと汗ばむ好天の中、27名が参加し、8ホール2ラウンド行われました。私はグラウンドゴルフ2度目の挑戦でした。普段からされている方との技術は雲泥の差でした。1・2・3・7位とブービー賞には景品が用意され、見事2度のホールインワンをした人が優勝されました。</p> <p>俵山スポーツクラブでは、昨年度からグラウンドゴルフの月例会を実施しており、ホールインワンをした人は100円寄付するという独自のルールで楽しく活動されているようです。このように独自のルールを取り入れることで、参加者が参加しやすくなったり、違ったおもしろさができたりするのではないのでしょうか。</p> <p>今後も俵山スポーツクラブの活動が俵山地域の活性化にもつながっていくことでしょう。</p>				



☆レッツ！オリ・パラ☆

トランポリンは、天候に左右されずに、スペースを取らないので自宅で楽しみながらできるスポーツとして、子どもがいる家庭のエクササイズとしても今、注目を集めています。

個人競技として最初に普及したのは、アメリカの大学でのクラブ活動でした。その後欧米へ渡り、最初の世界選手権大会は1964年のロンドンで開かれました。オリンピックで正式採用されたのは、2000年のシドニー五輪からです。比較的新しい競技といえます。オリンピックでは個人競技（1名が演技）のみが行われます。10本の連続宙返りを行い、美しさ、難易度、高さを競い合います。基本姿勢は、タック（抱え込み型）、パイク（屈伸型）、レイアウト（伸身型）などがあり、それぞれに得点が決められています。さらにそこにひねりを加えたりすることで技の難易度が上がり、点数が加算されます。美しさ、技の難易度とともに、それぞれのジャンプでより高く跳ぶことが重要です。最高到達点は、なんと8mにもなるそうです。これは、マンションでいうと3~4階の高さになります。高さを稼ぐために、選手はトランポリンの真ん中に着地をするように意識して、次のジャンプの高さへと繋げていきます。トランポリン上空に赤外線センサーが設置されており、機械で高さを測定できるようになっています。

リオオリンピックでは、棟朝 銀河選手は4位入賞、伊藤 正樹選手は6位入賞しています。東京大会でも日本人選手の活躍を期待したいと思います。

2020年
東京オリンピックまで

1150日

※平成29年 5月31日現在