

# 菜の花っこ

『市原市ゼットエー陸上競技場』を拠点に活動している、小・中学生を中心とした短距離専門(ハードル・走幅跳)陸上クラブ

## 新聞 第17号

発行：2021年8月1日(日)

事務局：〒290-0025 千葉県市原市加茂 1-1-28  
Email: info@nanohana-ac-2020.com

<https://www.nanohana-ac-2020.com/>



一般社団法人 菜の花アスレチッククラブ

### 活動報告



まずは、海にご挨拶→

その次は、砂浜の清掃活動です。

砂浜には残念ながら様々なゴミが落ちていますが --- 子どもたちは、不思議な落とし物・ゴミにビックリ😱



砂浜トレーニングといえども、まずはフラットな地で基本ドリル→

この動きは精密・真剣を追求します。

須田先生から一人ひとりにアドバイスや檄が飛びます！



今日の砂浜は、フライパン🍳のように熱々でした。

走る子どもたちは、まるでポップコーン🍿

ビーチフラッグ(ペットボトル)・フットワーク・完成走、そして砂山作りと多彩なプログラムに挑戦しました。



途中、須田先生からのアイス🍧の差し入れ・エネルギー注入もあり、一人もかけることなく最後の C-Down まで笑顔で取り組みました。



→解散後、それぞれのご家庭毎にトレーニングの第2部が繰り広げられていました🍻🍷🍹



須田先生のお話



オリンピックの陸上競技(100m 決勝 etc)観戦に超夢中。

本日のお話はお休みします🍻🍷🍹

