

わんぱく大作戦

NEWS #260

わんぱく3×3 2019年8月10日(土)

イオンモール広島府中1Fスターギャラリーで『わんぱく3×3』を開催!! 30名の子も達がバスケットボールのプロに直接指導していただきました☆彡

まずは、今日教えていただく広島ドラゴンフライズ岡崎修司アンバサダーとスリストム広島仲摩匠平オーナーからご挨拶を頂きました。



さっそくウォーミングアップから。
ストレッチで体を温めます。
ケガをしないためにもとても大切です!



続いて、2つの班に分かれて座学と基本トレーニングの指導を受けます。

3×3の知識とバスケットの基本を教わりました♪





アスリートとして身体の使い方やメンタルの鍛え方などもご指導いただきました！！
実践だけでなく、トレーニングの大切さが分かりました(^o^)
たくさん吸収しようみんなとっても真剣！



コートではシュート練習や実践で使える基礎練習をしました☆



いよいよ実践！！
実際に3×3のミニゲームを体験します♪
プロの実況と見学者からの声援を受けて気合が入ります！！
大人顔負けのロングシュートやフェイントも見られました!(^^)!



ミニゲームの後はみんなで弁当をいただきます♪
いっぱい動いた後のごはんはとってもおいしいね(^-^)



エキシビジョンマッチを間近で観戦！！

プロの試合に大興奮(^o^)/ みんな食い入るように観戦していました☆

頑張った子どもたちに修了証書が手渡されます☆



全員に参加賞として3×3スナップバックが配られました。

そして広島ガス、良和ハウスからクリアファイル、ますやみそから冷や汁、大田鋼管、こくみん共済 coop からリーフレット、サニクリーン中国からリーフレット・水・スポンジ・ティッシュ、トライグループからキューブパズル、広島ドラゴンフライズからシャープペンシルのお土産がありました♪



プロからの指導を受け、バスケットボールがさらに大好きになった子どもたち！！
充実した時間を過ごし、みんな目が輝いていました☆

未来のトップ選手を目指して、これからも練習がんばってね(^o^)/