



バドミントンで 100回ラリーを続けよう!

と き：令和5年4月6日(木) 午前10時～

と ころ：幸神体育館

講 師：西村 洋さん

協 力：境二中バドミントン部 3名



ラケットの握り方、シャトル打ち方、シャトル羽は水鳥の羽から出来ている等の説明をされました。



中学生が準備運動の指導も(^_-)-☆



シングルの試合の見本 (⊙>∪<⊙)♡
後でダブルスも・・・シャトルが速くて!!
迫力ありすぎ～



最初に中学生とペアになり100ラリーに挑戦
初めての児童でも最高60回台も出ていました。



中浜公民館の新・木村館長も頑張りました(^^♪



1時間半の間に、めきめき上達し100回ラリーを達成した児童もいました。＼(^o^)/

