

November. 2020

AQUA NEWS

ホームページ <http://smile-aqua.com>

いよいよ今月は発表会

秋も深まり、夜のレッスンは寒い日も・・・

いよいよ今月は、発表会。

今回の発表会はお友達を呼んだりすることはできませんが、日頃の練習の成果をお家の人に見てもらいましょう。

いろいろ特別な発表会ですが、発表会までのプロセスを大切にできるよう、残りのレッスンを頑張りしたいと思います。

体調管理のほうよろしくお願い致します。



発表会全体練習

10月10日(土)、冷たい雨の中、心配していた台風も影響なく、発表会の全体練習ができました。お忙しい中都合つけていただきありがとうございます。おとうございませう。部からなる「リトルメロイド」の世界を表現できるように、レッスンの中でも頑張っ



第8回京都新体操クラブ選手権

11月3日(祝火)

今年度3回目の試合、クラブ選手権大会にアキラから選手クラス・プレクラスが出場します。プレクラスは、初めての大会。試合に向けて選手クラスは練習を頑張っています!!



11月の予定

・3日(祝火) 第8回クラブ選手権大会 (選手・選手プレクラス)

※レッスンはお休みになります。幼児クラスは振替をお願いします。児童クラスは、10月の延長練習で消化しています。

・7日(土) 13:00~ 発表会全体練習 長田野体育館

・9日(月)~12(木) 児童クラス延長レッスン

・14日(土) 13:00~ 発表会全体練習 市民体育館

・21日(土) 第15回発表会リハーサル 市民体育館

・22日(日) 第15回発表会本番 13:30集合 16:00開演

発表会レオタードについて

ご注文いただいている発表会レオタードですが、小学生以上のレオタードの色が、業者の都合で予定していたエメラルドグリーンから、ターコイズブルーに変更になりましたのでお知らせいたします。幼児クラスのいるについては、予定通り

ピンク色です。間もなく到着いたしますので楽しみにお待ちください。



クリスマス会

12月12日(土) 13:00~15:00

場所: 武道館



上記日程でクリスマス会を行いたいと予定しています。今年は、コロナの関係でケーキ作りは我慢。剣道場で身体をいっぱい動かしてみんなで交流を深めたいと思います。詳しくは後日、別紙にてお知らせいたします



発表会に向けての目標

柔軟頑張りましょう!!

柔軟は痛いのが当たり前。痛さが平気になったら、負荷をかけてまた痛いところで頑張ります。「痛いな～」と思いながらできたら◎「痛い!」ところからもうひと踏ん張り!! 開脚、前屈のお山が低くなるよう、頑張りましょう