

DECEMBER.2021

# AQUA NEWS

HP★<https://smile-aqua.com/> Instagram★[aqua.rg](https://www.instagram.com/aqua.rg)

## 2021年締めくくりです

早いもので2021年もあと1か月です。2学期は、緊急事態宣言から始まり、長い期間体育館で練習できない日々が続きましたが、今となっては、懐かしい出来事。

さて、年末年始の計画をご家庭でも持ち上がっていることと思います。サンタさんからのプレゼントも決まったかな？待ち遠しいですね (^ ^)

忙しい年末年始に差し掛かりますが、発表会の練習やクリスマスパーティーもあります。お休みしないよう、頑張って体育館に来てくださいね。



## 基本を頑張った11月

AQUAフェスティバルが中止になり、発表会まで少し時間ができたので、11月は基本を重視にレッスンを進めました。幼児クラスさんは、壁を使った柔軟。壁を使うと、練習中の立ちブリッチも自分でできて、テンションアップ。そこから、壁がなくてもほとんど補助がなくブリッチができるお友達も増えました。また、壁に向かって左右開脚は、最初は衝撃的な痛さで涙目になる姿もありましたが、壁にくっつく姿がハコみたいて面白いらしく、いつの間にか人気の柔軟の一つになりました。「ハコ押しませーす」とコーチの足で押され、痛い柔軟も楽しく取り組んでいます。



児童クラスさんは、発表会の演技を想定して、動きの基本の練習を多くやりました。ただ走るだけでもきれいに、走る歩数や、リズムなどを合わせることを注意すること。よく話を聞く、よく見る、動いて体を確認する、を意識して頑張りました。「今日の練習は疲れたわ〜」と帰るお友達や、筋肉痛になったりとやりごたえのある練習がたくさんできました。痛い柔軟も頑張って取り組む姿も見られ、特に開脚はみんなよく開くようになってきました (^ ^) 発表会の演技もいろいろなことに挑戦できそうで楽しみです★



## 大会結果報告

● 第9回京都新体操クラブ選手権大会

期日：11月6日（土）

結果：内田杏奈 フープ6位入賞

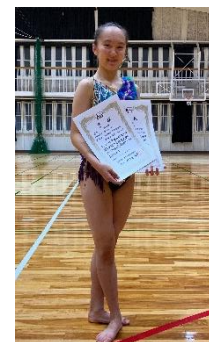
リボン4位入賞



● 令和3年度高校新人選手権大会

期日：11月7日（日）

結果：後藤由衣菜 個人総合10位入賞



● 第72回私学総合体育大会

期日：11月21日（日）

結果：後藤由衣菜 個人総合4位・

種目別フープ3位・ボール5位入賞

## クリスマスパーティー

12月18日（土） 場所：武道館 時間 13：00～15：00

詳細は配布しました案内・ホームページをご覧ください。

参加者全員でチーム分けをして、チーム対抗戦で運動会をします。幼児さんもお姉さんたちの力を借りて一緒に参戦します。

一人で大丈夫かなあとご心配の方も安心してください。お姉さんたちが、優しくお世話してくれます (^ ^) たくさんのお友達の参加待っています。

## 発表会の連絡

発表会はオープニング・エンディングを全員で演技をします。発表会までに数回、土日を利用して全体練習を行います。第1回目は1月23日（日）13：00～15：00 市民体育館で行います。