

2月



スポクラ ハイレゾ

平成25年1月29日
三鷹一小スポーツクラブ
部長 藤本 美可



早いもので今年度の活動もあと2ヶ月となりました。2月には高学年対象のバスケの市民大会が行われます。まだミニバスケを見たことのない低学年の保護者の方はこの機会に会場へ応援にいらしてみたいかがでしょうか。小学生のうちに色々なスポーツを経験し、体の色々な部分を動かすことで運動能力が高まり、1つのスポーツを限定してやるよりも将来的に優秀な選手になれるそうです。サッカーが好きでスポクラに入ったお子さんも多いと思います。サッカーがうまくなるためにもバスケの練習に参加して運動能力を高めましょう。そして、バスケもとても楽しいスポーツです。サッカーにはないスピード感があり、見ていてとてもおもしろいです。バスケの試合を見てバスケが好きになってくれたらうれしく思います。

春まではもう一息、まだ寒さが続きます。インフルエンザ等もまだまだ流行する可能性があります。体調の悪いときには無理をしないように、できるだけ保護者の方が体調を見て送り出していただけるようお願いいたします。

試合報告



☆三鷹市冬季

ミニバスケットボール大会☆

- ・2月9日(土) 10:00~
女子部 会場 北野小体育館
- ・2月10日(日) 10:00~
6年 会場 北野小体育館
- ・2月11日(祝)
会場 高山小体育館

※勝ち残れば勝負トーナメントあり。
※応援においての際は、徒歩でお願いいたします。

Mリーグ

1月12日(土)

1年
(B) vs LEEZU FUTABA

1-4

2年(B)
vs LEEZU FUTABA



0-1

☆東部地区ミニバスケットボール大会☆

- ・2月24日(日) 9:30~
女子部
男子高学年 会場 牟礼コミュニティセンター体育館



集金のお知らせ

2月2日(土) 13:00~15:00 体育館前
2月7日(木) 16:30~17:00

- ①25年度前期部費&スポーツ保険代(継続部員全員)
 - ②お別れ会費(全員 ※家庭数)
 - ③親睦会費(参加者のみ)
- ※提出書類は記入漏れ不備のないようご確認下さい。

健康第一

寒い時期はケガが多くなりますが、アップ(準備運動)をしっかりやるとケガが少なくなります。また汗をかいた後もすぐに体が冷えますので防寒に気をつけましょう。また体調がすぐれないときには、無理をせずゆっくり休養して次の練習までに体調をととのえようようにしましょう。