

2020年1月18日開催  
父子チャレンジアカデミーin九州宗像

宗像市ユリックスイベントホール（子ども203名/保護者250名）



開催会場は、宗像市ユリックスイベントホール。東海大学附属福岡高等学校陸上部の皆さんにお手伝いいただき、12時からの受付開始と同時に参加親子が続々とやって来ました。参加者は、参加証を提示し受付を終えると学年別に色分けされたカラー布テープに自分の名前を書き胸元に貼り付けます。



13時、開会式には、宗像市教育長にお越しいただきました。指導は、北京五輪陸上リレー銀メダリスト 朝原宣治さんと朝原さんが主宰する「NOBY TRAC & FILD」クラブのコーチ進藤祐介さん、鈴木奈都美さんの3名の先生達です。



13時10分 まずは、朝原さんの号令で準備体操、交流ゲームです。参加者は学齢の小さい子ども達も多かったのですが、小さいながらも真剣な表情で一糸懸命に先生の見本を真似ていました。



先生達は、バランス感覚を鍛えて体幹を強くする方法を参加者一人一人回って、丁寧に教えてくれました。朝原さんに直接教えてもらうとより一層、わかった感じがします。



体を使ったこうした遊びは、大勢で行うとひとときわ盛り上がります。お家の中でも楽しめる身近な遊びなので是非、お友達やおうちの人とやってみてね。



14時。いよいよ、朝原さんの真骨頂、走りの指導です。「足が地面に着いている時間を短くしたら早く走れる」等、早く走れるコツを教えてもらいました。



15時 朝原さんライブトーク開始。子どもの頃のお話や東京オリンピック・パラリンピックに向けての貴重なお話も聞かせていただきました。また、子ども達からの珍質問にも笑顔で答えていただきました。

16時 最後に全員で記念撮影。