

2022年10月15日開催
父子チャレンジアカデミーin伊勢

三重県営サンアリーナ・サブアリーナ参加者307名（子ども142名・保護者165名）



会場は人気アーティストのコンサートも開催する三重県営サンアリーナ。近代的で立派な建物です。



運営のお手伝いをして下さった宇治山田商業高校陸上部11名と皇學館大學陸上部学生1名。



会場に設置された明治さん商品おいしい牛乳等の巨大オブジェは結構人気があります。



スポーツ課課長さんが市長のご挨拶を代読。スポーツ課の皆様ご協力ありがとうございました。



開会式が終わりいよいよ北京五輪リレー銀メダリスト 朝原直治さんによる指導がスタート。



朝原さんの助手を務める荒川大輔さんは、元走り幅跳びアスリートで8mジャンパーです。



朝原さんの指示の下、親子で絡みながら準備運動はお家でも遊びながら運動できるプログラムです。



一方で、親子の運動交流活動とはいえ、朝原メソッドは結構ハードです。朝原さん容赦ありません。



参加者の皆さん、大人も子どもも真剣に取り組む姿がとても素晴らしいです。



運動後は、日常の食生活と運動との関係について管理栄養士さんから貴重なお話を伺いました。



朝原さんへの質問コーナーでは、いつもながらスポーツキャスター顔負けの質問に攻められます。



最後に朝原さん、荒川コーチを囲んで参加者全員笑顔で記念撮影！