

# トップアスリート 「跳び箱」の授業

6月27日



トップアスリートの方に来ていただいて、「跳び箱」の授業をしました。

ロイター板の使い方や手の置き方、着地の仕方をはじめ、開脚跳び、かかえ込み跳びのコツを教えてくださいました。

「一生懸命に練習できてすばらしい。」「上達が早い。」「話をよく聞いていて敏感に動ける。」など、ほめていただきました。