

# 県北・日光ワイド



那須で県連盟

## エアロビックス普及へ力

### 20日に初のイベント

【那須】生涯スポーツとしてのエアロビックスの普及を目指し県エアロビックス連盟は20日、町文化センター小ホールで、親子や指導者、競技エアロビックス選手対象の初のイベントを開く。

来月11月6、7日に町スポーツセンターで開催される全国スポーツレクリエーション祭エコとちぎ2011エアロビックス大会の成功に向けた催し。

3部構成で、1部午前10時〜は家族対象の「にじに」エアロビックス。募集は30組で参加費は1組500円。2部(午後1時〜)は教諭や保育士、インストラクター、指導に興味のある人向けの講習会。定員30人で、エアロビックスプログラムと指導法を学ぶ。参加費3000円。3部(午後3時〜)は競技エアロビックスの選手対象の講習会。定員30人で、高校生以上2000

円、中学生以下1000円。

いずれも講師は日本エアロビックス連盟中央講師でOKJエアロビックスファミリー代表の上田泰子さん。

## エアロビ 親子ら体験

### 那須で初の普及イベント

県連盟

【那須】生涯スポーツとしてエアロビックスを普及させようと、県エアロビックス連盟は20日、町文化センターで親子や指導者、競技選手を対象とした初のイベントを開催した。

町民らを中心に約100人が参加。社団法人日本エアロビックス連盟中央講師の上田泰子さんの指導で、親子による体験プログラムや

エアロビックス練習会を行った。体験プログラムでは、約60人の親子が軽快な音楽のリズムに合わせてジャンプしたり踊ったりして、心地よい汗を流した。母親と一緒に参加した寺子内の宇野元貴君(11)は「ちょっと速くて難しかったけど楽しかった」と笑顔を見せた。

イベントは、来月11月に町スポーツセンターで開催される全国スポーツレクリエーション祭のエアロビックス大会成功に向け実施された。

県連盟の近藤忠雄理事長(53)は「エアロビックスは音楽に合わせて楽しく体を動かしながら鍛えることができる。10月31日のリハーサル大会を見に来てほしい」と呼び掛けた。



エアロビックスを体験する親子ら