



息合わせて力漕

弓削中学校

ろ漕ぎ大会



7月18日(火)、弓削中学校では、恒例のろ漕ぎ大会が開催されました。

今年は、雨天が多く練習ができない日もありましたが、本番では絶好の日和に恵まれ、生徒たちは精一杯ろ漕ぎに取り組みました。

開会式後、みんなで船を準備、紅白のチームに分かれて、熱戦が繰り広げられました。

4人が1組となり沖合約50m先のブイを折り返すコースを、生徒たちはろを一生懸命操作し、潮に流されながらも漕ぎ手を順番に交代しながら、最後まで力強いレースを行いました。

今回のろ漕ぎ大会も、生徒一人ひとりが最後まであきらめない頑張りが見られました。みなさん大変お疲れ様でした。

しおのゆ 潮湯だより 9月

潮湯は、海水の特性(浮力・抵抗・成分等)を利用した全身浴・部分浴・体操・歩行等の運動浴治療法が行える海水温浴施設です。定期的に健康講座を開催しております。ぜひ、ご参加ください!

水中歩行講座

今月のテーマ

10:30~11:15

秋バテ予防の
水中運動

6日(水) 13日(金) 20日(水) 27日(水)



姿勢改善水中運動

10:30~11:15

姿勢の崩れは肩こりや腰痛・冷え性などの原因にもつながります。水の特性を活かして運動し、正しく美しい姿勢を目指しましょう♪

15日(金)

インストラクター 西村すみれ

海水温浴施設 潮湯

☎74-0808 営業時間 10:00~19:00

※当施設をご利用の際は、
水着・水泳帽を着用してください。