

庄内地区総合型地域スポーツクラブ 研修会・交流会開催される！

日 時：平成21年11月21日
場 所：酒田市八幡中央公民館
酒田市八幡体育館

庄内地区の総合型地域スポーツクラブに携わる代表者をはじめ、マネジャー、会員さんなど全ての人を対象に、クラブ運営にかかわる研修会を開催しました。

中央で開催される研修へは、各クラブからは、大勢参加できる時間や経済的ゆとりがなく、せつかく内容の濃い研修会が開催されても、参加できない状況にあります。

そこで、今回は、今年のサミット in 山形で行なわれた研修内容を伝達していこうという企画を立ててみました。

講師には、中山総合スポーツクラブの事務局長である今野 芳氏をお迎えし、クラブが抱える問題や課題を明確にし、その解決を探っていくためのワークショップを開催しました。各クラブが悩みや課題としていることを個々に挙げ、その解決策を探っていくような進め方でした。一クラブ、一個人だけで悩まず、課題を共有しアドバイスできるような関係が構築され、その手法も学ぶことができた成果のある研修会でした。



午後からは、軽視されがちな「準備体操」をしっかりと見直そうと研修に取り入れ、その後に「ラフターヨガ」なるものを研修しました。

講師には、ラフターとうほく代表の山口考子さんをはじめ、3名の先生をお迎えし、熱心なご指導をいただくことができました。



参加者全員、はじめは戸惑いを隠せず非常に緊張していた様子でしたが、慣れてくると次第にノリノリ状態になり、体育館が大きな「笑い」で一杯になりました。

また、ただ「笑う」だけではなく、正しい腹式呼吸も学ぶことができ、参加者のアンケートでは「クラブのプログラムに取り入れたい、取り入れてほしい」という声がとても多く、大盛況となった研修でした。

実技研修の後半は、あつみスポーツクラブネクサス五十嵐久美子先生からラージボール卓球を、ふじしまスポーツクラブ、(仮)みかわスポーツクラブの皆さんからスプレックを、それぞれ正式ルールから細部にわたりご指導いただき、参加者はお互いに研修・交流を深めていました。

もちろん、その中にも多くの「笑い！」があったことを申し添えておきます。