TAMA ORIGINAL NEWS PAPER

〒214-0037
神奈川県川崎市多摩区西生田2-14-7
TEL:044-954-8033 FAX:044-954-8034

Tama Times

—受付時間のお知らせ—
月　9:50～19:00
火～金 9:30～21:00
土　9:30～20:00
日　9:30～17:00

Itoman Tama School News　Tuesday APRIL 15 2014　No.2

PICK UP SMILE

SYOUTA KATAYAMA
×
TAMA TIMES

※強化認定選手とは？
イトマンスイミングスクールの標準記録を突破し認定された選手の

イトマンに入ったきっかけ？
イトマンに入ったのは5歳(幼稚園年長)から。今まで何度も短期の体験教室は受けてきましたが、大きなきっかけは両親の"泳げるようになって欲しい"という強い思いからでした。
水泳と体操を両方やって良かったことは？
メンタルが強くなった事と頑張り通すことを学んだことが大きいと思います。両方やっていたことで人よりも2倍喜びを味わい、2倍大きく成長できたと感じています。
体操で培った柔軟性は水泳でも大いに役立っています。
大変だったことや苦しかったことは？
足の骨にヒビが入り1ヶ月半～2ヶ月休んだ時と1ヶ月の間に3回溶連菌にかかり練習にいけなかった期間が辛かった。練習は大変で厳しいなと感じる時もあるけど、何もできない時ほど辛いとは思いません。
日頃から(生活面)気をつけていることはありますか？
足のヒビなどの経験を通して、怪我には気をつけています。当たり前のことですが手洗い・うがい・睡眠はしっかりと行っています。又、体のリカバリー・ストレッチなども念入りに行っています。そしてもう一つ大切ににしているのは水泳のオンとオフのメリハリです。
今後の目標、夢について
近い目標としては全国中学の決勝に残ることです。その後は全国大会のトップで通用し活躍していけるような選手になりたいと思っています。
夢は本間コーチの実力を超えること！そしてオリンピックを目指していきたいと思っています！
スクール生に一言
水泳は楽しいものなどで是非楽しんで欲しいです。
1級合格まで諦めずに続けて下さい！！

練習の合間は中学2年生の素顔に戻る片山くん

飛び込み練習！！

担当の本間コーチから熱心に指導うける姿も・・・

体操教室でも上級クラスとして授業に参加していました。

TAMA ROAD

子供のスイミング部門では1級を合格された方対象に3ヶ月に1度卒業式を行っています。今回も頑張って25級から1級までの道のりを歩んできた34名の卒業生をお祝いすることができました。その中から卒業生代表のコメントをご紹介いたします。
子供の体操教室部門では小学6年生になり卒業することになった5名をご紹介いたします。難度の高い技術を身に付ける為、とっても厳しい練習を積んできた子達です。
どんなTAMA ROADを歩んできたのでしょうか・・・

スイミング

卒業生の言葉

卒業生代表 久保 遥

私が水泳を習い始めたのはベビースイミングの1歳からでした。こんなに長く水泳を続けるとは思っていませんでした。バタフライが苦手でなかなか合格できないことがありましたが絶対泳げるようになりたいという目標があったので何度もテストを頑張りました。泳げるようになったお母さんにバタフライを教えてあげたいと思ったからです。お母さんも手とものとも水泳を習っていてバタフライを習わずにやめてしまったと聞き、一緒に泳ぎたいと思っていました。合格したときはお母さんも一緒に喜んでくれました。それからポートナルに行きお母さんの目の前でバタフライを泳いだときは"お母さんはバタフライできないよ"すごくよかったねっと褒めてくれてうれしかったです。1級を合格するのは大変だったけどいつも近くでお母さんが見守ってくれていたので頑張ることができました。お母さんありがとう。特習クラスでは、バタフライをもっと上手に泳げるようになってタイムが速くなるように頑張ります。お母さんにバタフライを教えていっかー一緒に泳ぎたいです。

卒業生代表 鍵本美怜

私は5才からイトマンに通い始めました。最初は水が怖くてなかなか先生の手からはなれることができませんでした。テストに合格できなくて悔しいこともありましたが、あきらめずに続けました。いつの間にか水が怖くなくなって、それからどんどん合格できるようになってうれしかったです。あと、15級がむずかしくて合格するまで時間がかかったけど、1級合格するまでやるという目標があったので頑張りました。上級になってる、4級はすぐに合格できました。休んだ時も振替をしてポイントをためていきました。テストでは合格できたとき、同じクラスのみんなから拍手がもらえて、次の級になるのが楽しみでした。1級合格できたときはとてもうれしかったです。始めたころは水が怖かったけど今は全部の種目を泳ぐことができるようになり特習クラスでお友達と泳ぐことが楽しいです。皆さんもテストになかなか受からなくてもあきらめずに1級合格を目指して頑張って下さい。

体操教室

①山村 朱音 体操歴 8年
私が一番印象に残っているのは辛い筋トレです。逆立ちで2分間耐えることがなかなかできなくて悔しくて泣いたりしたこともありました。でも体操をやめたいと思わなかったのはその倍以上に嬉しい気持ちや楽しい事があったからだと思います。今では泣いた事も頑張ったことも良い思い出となっています。

②平野紗菜 体操歴9年
私が一番記憶に残っているのは大会出場の為ロンダードをたくさん練習したことです。大会当日はとても緊張していましたが先生達に背中を押され、結果的に6位に入賞し友達と喜びを分け合うことができました。これからも体操を頑張っていこうと思った瞬間でした。

③各務 凜 体操歴 7年
最初は転回もできなかったけど、練習をいっぱいして一つの技をできると嬉しくて他にも色々技をやりたと思い、辛い時も頑張れました。最後の大会は金メダルを取れて本当に良かった。

④根岸 直樹 体操歴 6年
6歳で体操を初め、すぐ上級クラスに入りました。先生たちに教えてもらい大会で金メダルをもらえたことはとっても良い思い出です。5年生から野球も始め両立は大変でしたが最後まで体操を続けられたことは僕の自身となりました。

⑤冨樫 莉佐子 体操歴 3年
私は上級クラスに入ってすぐに腕を骨折してしまいました。でも、みゆき先生に言われた通りに筋トレをして足の力が強くなり、その後、技の練習に強く影響しました。辛くても一生懸命やって本当によかったと思っています。