

習い事

フェンシング編

五輪で金メダルを取ろう

東京オリンピックでフェンシングエペ団体が金メダルを獲得し、フェンシングに注目が集まっています。四国中央市の三島フェンシングクラブでは幼児から習うことができ、習う利点や競技について教えてもらいました。



三島フェンシングクラブ
代表
三好 啓一さん
☎090-3788-8044



ポイント

1 遊び含んだ運動から

フェンシングは競技人口が少なく、五輪に出場できる確率が他と比べて高いです。習い始めは遊びを含んだ準備運動を行い、基本動作を学びます。徐々にサーベル(剣)に触れていきます。

ポイント

2 集中力を養おう

一瞬の隙を突くフェンシングは、集中力が大事です！練習時から訓練することで、普段の集中力向上にもつながります。



ポイント

3 体幹を鍛えよう

フェンシングで大切なのは、リズム、集中力、戦略です。体幹を鍛え、体をブレさせず、リズム良く突けるよう練習しましょう。



お肉は喜多八へ！ 電話でカンタン予約！

子どもに大人気！

お肉屋さんの揚げたてフライメニュー

コロッケ	1個	151円 (税込)
串カツ	1個	184円 (税込)
ミニ串カツ	1個	108円 (税込)
メンチカツ	1個	205円 (税込)
ハムカツ	1個	173円 (税込)
エビフライ	1個	194円 (税込)
豚ヒレカツ	1個	173円 (税込)
レバカツ	1個	173円 (税込)
ささみフライ	1枚	194円 (税込)

トンカツ・チキンカツ
チキン棒・とり天・
チキンスティック
手羽先

計り売りです

ざんき(からあげ) 個数で注文できます

骨付き足は予約必須です

喜多八公式ライン
はこちら

(株)喜多八食肉店
☎0897-32-4434

新居浜市中須賀町2-1-23
営業時間/9時~18時
定休日/第2・4水曜、日曜
駐車場/6台

三井住友銀行
PLUSUSP
昭和通り
百十四番

