

【大切なお知らせ 7月より、スタジオとオフィスが移転します！】

- ・新しいオフィス 〒781-0082 高知市南川添19-10-101 電話:088-803-7112(変わりません)
- ・新しいスタジオ 〒781-0084 高知市南御座19-31-2F

新しいスタジオの移転に伴い、オフィスも移転することになりました。受付などの業務は、スタジオ、各プールなどで行ってまいりますので、近い場所にお越しください。

そして、新しいスタジオも完成しました。ここは、(有) 四国浄管さんの新社屋になりまして、2Fがスタジオとなります。駐車場は12台ありますが、キックボクシングや空手などもおこなっており、駐車場が空いていない場合は、お近くのコインパーキングなどをご利用ください。

移転を機に、大人クラスも考えておりましたが、世の中が落ち着いてきましたらおこなっていきたいと思います。その時には、よろしくお願い致します。場所は、南御座のABCマート、道を挟んで西側になります。目立っているのです、すぐに分かると思います！



●友永 恵大 【友永の旅飯vol.14 高知編】

まだまだ世の中的に旅が出来る雰囲気でもないで、高知の美味しいお店をご紹介したいと思います！

香南市野市町の国道55号線沿いにある老舗喫茶店「くりや」。昔ながらの昭和の喫茶店という感じの建物や店内の雰囲気で、何処か懐かしく、落ち着きます。前を通るといつも混んでるんですね！

パスタにハンバーグに定食にスイーツに・・・メニューも豊富にあるのですが、その中でも「オムライス」に目を引かれてしまい。トロトロの半熟卵と、デミグラスソースの今風のオムライスだったのですが、チキンライスが本当に絶品！バター風味がとても良かったです。ハンバーグやステーキなど、肉料理がお勧めなようなので、また食べてみたいと思います。皆さんも近くにいくことがあれば、是非立ち寄ってみて下さい！



●池内 千尋 【ちひろの毎日麺類vol.26】

先日は、高知市一宮にある【和へる】へ行ってきました。高知では珍しい、油そばが看板メニューのお店です。私が注文したのは「赤い油そば」！辛そうなメニューがあれば食べないと気が済まない。麺は中太麺と平打ち麺が選べて、私は平打ち麺にしました。

見た目は超真っ赤なのですが、このまぶされた赤い粉は辛くなく、パプリカパウダーか何かだと思います。しかし赤い油がマイルドな辛さで、平打ち麺によく絡んで美味しい！油そばって結構ヘビーなものが多いですが、これはパスタのようななんか新ジャンルで、ぺろっといけました。トッピングのミンチと油がきつと残るので、最後は追い飯で！

メニューにあった台湾まぜそばも気になるので、また次回食べてみたいと思います！



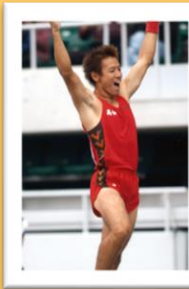
●鈴木 秀司 【コラムvol.150 高校3年の春】

コロナの影響でインターハイなど、高校生にとってメインの大会がなくなりました。

私は、棒高跳びをしていましたが、高2までは県でも5番手くらい(静岡)の選手でした。しかし、高3春の大会で記録が一気に伸び、全国ランキング5位まであがりました。もし、当時春の大会がおこなわれていなければ、今と全く違った人生を歩んでいたことでしょう。

ただし、もし大会がおこなわれていなければ、もっと素晴らしい人生歩んでいたかもしれません。こればかりは誰にも分かりません。

ゆえに目の前のことを一生懸命やるのが一番ですが、高校生には有終の美を飾る大会をさせてあげたい。



●飯田 裕翔 【裕翔の温泉巡りvol.7】

先日は、以前ご紹介した須崎市の「そうだ山温泉和」に行ってきました。温泉紹介ではないですが、温泉巡りの際に寄り道したスイーツをご紹介したいと思います！

こう見えて甘いものが大好きで、デザートを食べから温泉に行くのが、いつものお決まりパターンです(笑) 寄り道したのは、道の駅なかとさにある「風公房」さんです。苺を使ったスイーツが自慢のお店とのこと。数ある苺スイーツの中で僕が注文したのは、苺のパフェ！美味しさはもちろんのこと、ボリュームがものすごく僕でもおなかいっぱいになるサイズ感でした。ミニサイズもあるようです。西の方へ遊びに行った際は、ぜひ寄り道してみてください！そして、皆さんのおすすめスイーツがありましたら、教えていただけると嬉しいです！



SPORTS MAX
Instagram



【SPORTS MAX LINE】

イベント情報や、運動脳力向上に関する情報などお知らせしています。



生徒募集中！

紹介者にはスポーツマックス赤Tシャツをプレゼント。入会者は入会金無料！