

### 【お知らせ・スタジオが一旦堺町に戻ります】

主にスポーツ塾・キッズマックスをおこなっているスタジオですが7月に南御座に移転しましたが、諸事情により、一旦元の堺町スタジオ(3Fではなく、2Fになりました)に戻ることにになりました。通われているお客様には、大変ご迷惑をおかけすることになり、本当に申し訳ございません。

今後は、相応しい場所が見つかり次第、移転することになるかと思いますが、キッズマックスのお客様には進展があり次第、お伝えしていきますので、引き続きよろしくお願ひ申し上げます。

代表取締役 鈴木秀司

### 【10月25日(日)宿毛市総合運動公園陸上競技場にてマックスライダー開催決定！】

宿毛市が主催で、「宿毛サイクルフェスティバル2020」というイベントが開催されます。このなかのひとつで、宿毛市とスポーツマックスがタッグを組んで、コロナ対策もおこないレースが開催されます。参加費は無料で、初心者対象のビギナーレース、通常レースと選ぶことができます。その他、マウンテンバイク塾、自転車教室、出店などありますので、ぜひ遊びに来てください。詳細は、スポーツマックスHPにて



### ●友永 恵大 【友永の旅飯vol.17 高知編】

今回は新店開拓で！先日神田に新しくできたお菓子屋さんの【シャトレゼ】に行ってきました。万々やインターなど、昨年从高知にも続々とオープンしてありますがいつも車がいっぱい！アイスや焼き菓子など、とにかくスイーツの品数が豊富でした。何よりお手頃価格なのが嬉しいですね。

目についたのは、「焦がしバターのメロンパン」です。クッキー生地に焦がしバターを使用しており、食べた時に口の中でバターの風味が強く感じられます。また、練り込まれているシュガーの触感がアクセントになり、サクサクして美味しかったです。パンというより、バターたっぷりの洋菓子を食べているような。少し温め、パンの中にアイスを含んで食べたりしても美味しいかと思ひます。やみつきになりますので是非食べてみてください！



### ●池内 千尋 【ちひろの毎日麺類vol.29】

今回は鶏白湯麺を求め、JR一宮駅前にある【麺屋藤しろ】へ行ってきました。こちら昨年オープンしたお店ですが、東京に3店舗あり、4店舗目の出店が高知だそうです。鶏白湯って私はあまり食べることのないジャンルなのですが、濃厚といわれると気になる！出てきたラーメンは、見た目からいかにも濃厚そうな感じでしたが、案外優しい味でした。鶏ガラと野菜を使ったとろみのあるスープで、細めのストレート麺によく絡んで美味しかったです。卓上にお好みでレモン生姜が置いてあるのですが、意外と鶏白湯と合う。入れたほうがパンチが効いて、好きな味でした。一緒に頼んだ焼餃子も、野菜たっぷりのあっさり味で、何個でも食べれそう！激辛ばかりでなくたまには新ジャンルのラーメン開拓もよいですね。



### ●鈴木秀司 【コラムvol.153 運動会にむけて】

今年の運動会は、早々に中止が決まったところもあれば、これから開催、という園や学校があります。残念ながら無観客で、保護者はオンラインでネットで観ることができるなど、新しい生活スタイルになったり。しかしやっぱり外で思いっきり走り、思いっきり応援したいところですね。

運動会、やっぱりそれなりに活躍してほしいと思ひているはずですが、しかしながら、あまりプレッシャーをかけすぎてしまうと緊張でスタートを出遅れてしまったり、逆に気合いが入りすぎて、スタートで滑って転んだり、いろいろなことが起こります。まあそれも運動会の思い出ですけど、とにかく運動会に向けて、楽しむことが一番！です。普段観ることのできない姿を楽しんでください！



### ●飯田 裕翔 【裕翔の温泉巡りvol.10】

最近朝晩涼しくなり、大好きな夏がもう終わりを迎えています。これからアウトドアの秋です！さすがに寒くて泳いだりではできませんが、夏とは違った楽しみ方ができると思ひます。そこで今回は僕のお気に入りアウトドアグッズをご紹介します！コールマンの「インフィニティチェア」です。アウトドアチェアでは珍しく、折り畳み式のリクライニングチェアです。僕が座ってもゆったりできるほどの大きさがありますが、折り畳み式なので持ち運びにも困りません。また、好きな位置でロックがかけられたり、位置を変えられる枕がついていますので自分の楽な体勢や使用する人に合わせて使えます。生地もメッシュ状になっており、速乾性や通気性があるので、夏の暑い日や濡れたまま座っても問題ありません。気に入すぎて普段は部屋に広げてくつろいでいます！皆さんも今年はアウトドアの秋を！



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！