【久しぶりに、跳び箱大会・ジャンピングマックス、キックバイクレース・MAXライダー開催します!】

- 10月24日(日)MAXライダー無料体験会
- ② 11月28日(日)ジャンピングMAX2021日本一決定戦
- ③ 12月5日(日)MAXライダー2021 ※①~③すべて高知駅前こうち旅ひろばにて

ジャンピングMAXは、昨年開催できなかったので、今年は日本一決定戦を開催したい!という思いで3月に中国・四国予 選会をおこないました。しかし、世の中の状況は変わらず・・・しかし、落ち着いた「今」ならという思いで、MAXライダーは1 年振りに、ジャンピングは9ヶ月振りに開催します。本当は、もっともっと子どもたちが楽しめるイベントを開催していきたいで すが、少しずつ出来ればと思っています。MAXライダーは2歳から小学生、跳び箱は年少から大人まで挑戦できます。 詳細・申込みページはHPにアップしておりますのでご確認ください。ぜひ外で思いっきり走って!跳びましょう!

※状況により、中止になることもありますので、ご了承ください

# ●千賀 一輝 【かずき初めての一人暮らしvol.6】

先日、高知に来て初めての釣りに行きました!そもそも釣りの経験がほとんどないため、竿 をセットしたり、針を準備したりという作業が全くわかりませんでした。

教えてもらいながらやってみたものの、魚は一匹も釣れず、地球を釣っていました。笑 でも、夜の海や川の雰囲気はとても好きで、釣れなくても充分楽しめました。高知の綺麗な 景色や、オススメがあれば是非教えてください!





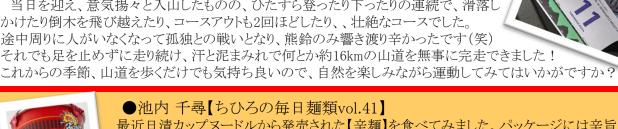
# ●久保 源太【源太の料理成長日記vol.4】

食材を求めてスーパーに行くと、僕の大好物の鮎が売っていました。食べたい!しかし家に魚 焼きグリルがない...。フライパンで塩焼きができないのか?と思い調べてみると、出来る!笑 ということで鮎を購入して早速挑戦しました。鮎のうろこをとり、塩をまぶして、フライパンに油を ひいて焼きます。 塩焼きを油をひいて焼くということが初めてで、想像がつきません笑。 両面を 焼いて、弱火で10分蓋をして蒸したら出来上がり!食べてみると、しっかり焼けていて塩加減 も丁度良く、ご飯がすすみました!次はおしゃれにアクアパッツァとか挑戦してみようかな…笑

# ●友永 恵大【友永の旅飯vol. 30 番外編】

四万十市佐岡で開催された、トレイルランの大会に初参加してきました!必携品リストに 熊鈴がいると書いてあり、どんなコースを走らされるのかドキドキ。

当日を迎え、意気揚々と入山したものの、ひたすら登ったり下ったりの連続で、滑落し かけたり倒木を飛び越えたり、コースアウトも2回ほどしたり、、壮絶なコースでした。 途中周りに人がいなくなって孤独との戦いとなり、熊鈴のみ響き渡り辛かったです(笑)





最近日清カップヌードルから発売された【辛麺】を食べてみました。 パッケージには辛旨と書いて あり、辛さレベルはMAX5のうち4。その時点で辛さは期待してなかったですが、本当に辛くなさすぎ て拍子抜け(笑)唐辛子が大量に入っていて見た目はパンチ強めなのですが、辛さよりもキムチの 酸味が強い。食べているうちにむしろ甘いとまで感じてきました。百歩譲ってギリ旨辛を謳えるくら いのレベルで、辛さを期待して食べると肩透かしを食らいますが、ふつうに美味しいカップ麺です。 辛いもの初心者の方もおすすめです!

●鈴木秀司 【アスリート俳優・森渉くんとコラボ!? コラムvol. 166】

30段跳び箱ジャンピングMAXのアンバサダーにもなってもらっている森渉くん。今年の 7月に神奈川県で屋内アスレチック施設「フォレスチックパーク」をオープンさせました。 弊社も協力させて、壁に社名を書いてもらっています。最上段の左、最高の場所です。 見づらいと思いますが、他にも「ケインコスギ」さん、見えないですが「おばたのお兄さん など聞いたことある名前がチラホラ。子どもたちが楽しく、そして運動神経を伸ばす場所と して運営されていますので、神奈川に知り合いがいる方はぜひご紹介ください。世の中が落ち 着いたら、かけっこ教室などでコラボでも出来たらと思っています。



SPORTS MAX





#### **(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!**

I nanks Support

" S. H. CSRIE

鱼专山建设设

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!