

Information

春は、卒業と出会いの季節でもあります



先日LINEでもお伝えしましたが、事務・システム担当の坂口が、3月末をもってスポーツマックスを卒業いたしました。2年半、子どもたちの成長を裏側から支えてくれました。そして、美術の道という新たな夢へ進む坂口を、私たちは心から応援しています。これまで温かいご支援をいただき、本当にありがとうございました。

そして、【坂山 洋翔（さかやま ひろと）】先生が4月より、仲間として加わりました。私たちが20年培ってきた指導ノウハウに、坂山の「14年の現場知見」が加わることで、子どもたちの「できた！」という感動体験はさらに深まると確信しています。今後、坂山を中心に新しい教室の展開も計画しています。坂口が愛してくれたこの場所を、坂山と共にさらに活気ある場所にしていきます。進化したスポーツマックスを、これからもどうぞよろしく願っています！
代表 鈴木秀司

STAFF COLUMN

毎月更新のスタッフコラム。それぞれ好きなことを綴っています



友永 俺のトライアスロン vol. 79

「第3回 淡路島夕空絶景マラソン大会」に参加してきました！ 昨年のこの大会では10km部門で優勝しており、今回は“連覇”を狙った挑戦。去年は豪雨、今年は打って変わっての快晴。コースは2.5kmを4周する、合計10km。序盤からペースは4分30秒/kmくらいをキープして、いい感じ。中盤は少しペースが落ちたけど、「たった10km！ 行ける！」と自分に喝を入れて最後まで集中。そしてゴール！ タイムを見た瞬間、「えっ、速すぎ？」、距離を確認してみたら…なんと約9km！ どうやら運営側の設定ミスだったみたいです。短距離にはなったけど、天気も景色も雰囲気も最高で、めちゃくちゃ楽しいレースでした。

友永 恵大



藤田のカフェ巡り vol.30

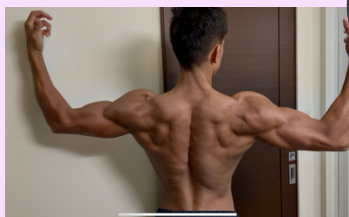
今回の休日カフェ巡りは高知市小津町にある【GRATGE COFFEE】さんに行ってきました。こちらのお店は広々とした開放的な空間となっており、コンクリート打ちっぱなしのモダンな雰囲気でありながら、真ん中には緑もありお洒落な店内でした！！ コーヒーと合わせて当日限定のスイーツも楽しめるのも魅力的で子供たちも喜んでくれること間違いなしです！ その他にもバニラアイスやリンゴジュース、大人にはカフェラテ、アフォガード、フレーバーラテなどもありますので気になる方は是非行ってみてください！ 僕のオススメはクロワッサンとスコーンになります。

藤田 大也

桜の季節 vol.24

いよいよ桜シーズン本番ですね！ 先日、佐川町の「牧野公園」まで少し足を伸ばしてきました。牧野富太郎博士ゆかりのこの公園、実は「さくら名所100選」にも選ばれているんです。お天気にも恵まれて、青空の下で咲き誇る桜にすっかり癒やされました。皆さんはもうお花見に行かれましたか？ 去年は須崎市桑田山の雪割り桜を見に行きました。みなさんのおすすめのスポットがあれば、ぜひ教えてください！

前島 一輝



一緒に筋トレしませんか？ vol.1

理想の体って人それぞれ。でも「なりたい自分」に向かって努力すること自体が、すごく価値のあることだと思っています。

私は背中を鍛えるのが得意です。背中って難しそうに思われがちですが、実は日常のちょっとした意識でしっかり使える部位なんです。例えば、物を引くときに腕ではなく肩甲骨を寄せる意識を持つだけでも変わります。

小さな積み重ねが、理想の体をつくっていく。そんな発信をここでしていけたら嬉しいです。一緒にトレーニングをして理想の身体をつくっていきましょう。

マッスルゲート四国大会まで後・・・80日！

坂山 洋翔



フェリーの旅も良いものです Vol.220

東京で車が必要な出張があるとき、たまあに（と言っても2回）フェリーで行く時があります。徳島まで高速で行って、そこから18時間の旅で東京へ。2回目の今回は、もはやベテランなのでご飯は船内です。メインの食事はレンチンなので味が不安定。不安定というのは、レンチンなので、ところどころ冷たかったりして、味はまあまあ美味しいのにテンションが下がる。その時に、安定感抜群なのは、カップヌードルです（笑）。250円だったので、高いのか安いのかは分かりませんが、安定感抜群で美味かった。

そして、大浴場が快適で24時間空いているので、3セット入り、3回とも貸切状態でした。不思議なもので、お風呂だけは船の揺れを感じまくりで、まあそれも楽しかったりします。家族連れも多かったのも、いつもとは違った旅の思い出にはばっちりだと思います。ぜひ、フェリーの旅へ！

鈴木 秀司

CONTACT

スポーツマックス生徒募集中

キッズマックスのレッスン内容や、イベント情報など Instagramでも随時発信中です！
ぜひ「フォロー」「いいね」よろしくお願いします

