

バドミントン教室開催しました～♪

ケガ予防！準備体操も入念に！



後期のバドミントン教室は寒～い体育館でしたが、参加された皆さんの心と体はヒートアップ(^_^)

ブルーシャトルズのメンバーにもご協力いただきました♪



お久しぶりに参加の方、初めて参加の方もすっかり馴染まれ、バドミントンを楽しみました♪





継続は力なり☆皆さんの姿に感動～



集中力もすごい！



羽根上げ、サーブ
ラリーと、回を重ね
るごとに、みるみる
上達☆次回の教室
もお楽しみに～
たくさんのご参加
お待ちしております！

