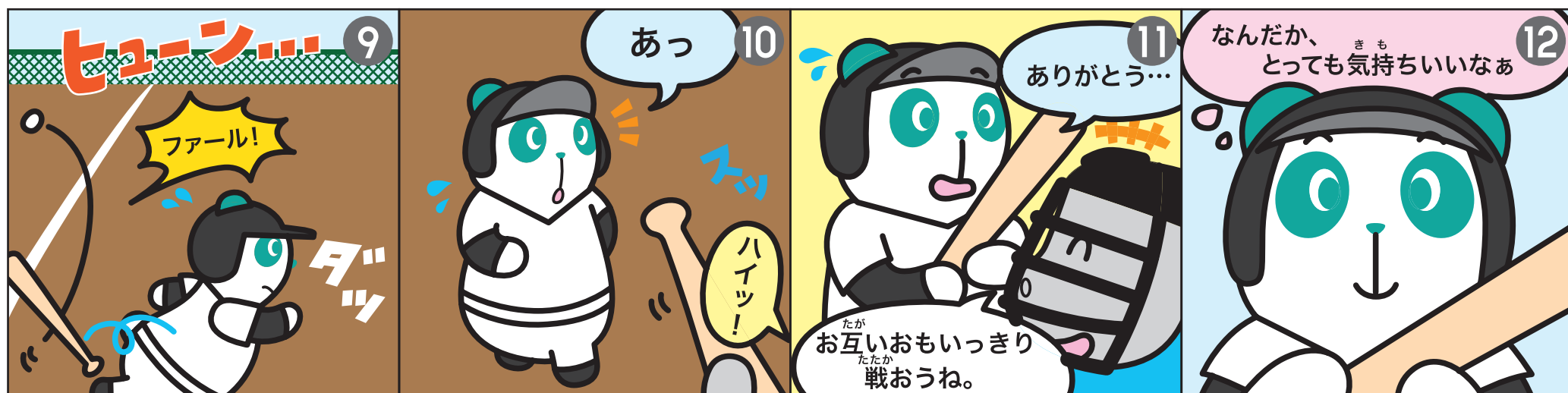
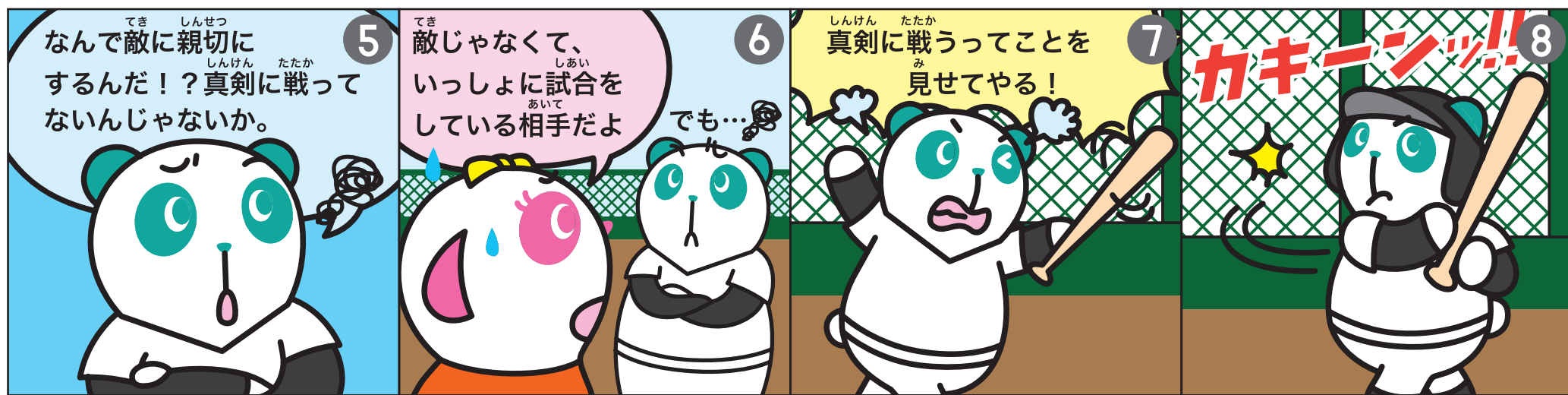
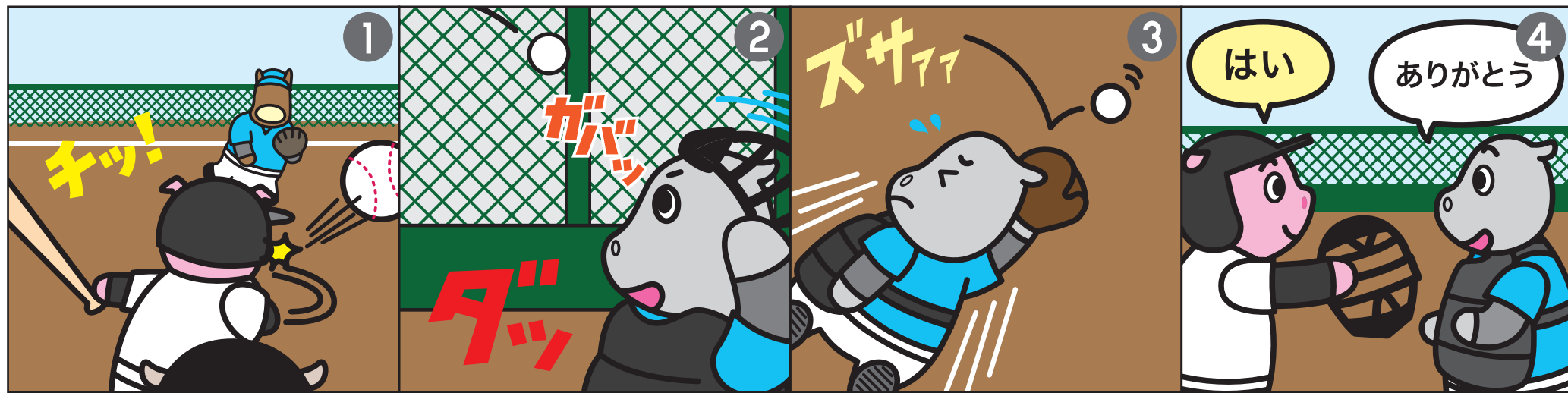


FAIRPLAY NEWS

フェアプレイで
日本を元気に
あくしゅ、あいさつ、ありがとう



試合相手は敵じゃない



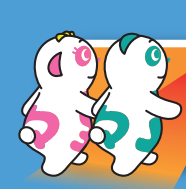
★登場人物★



正々(セイセイ)くん
スポーツが大好き。元気なパンダの男子。「笹かま」が大好き。



堂々(ドウドウ)ちゃん
スポーツが大好き。しっかり者のパンダの女子。「笹団子」が大好き。



オリンピックへの道

レスリング

さかき りゅう と せん しゅ
榊 流斗 選手

目標は世界に向けているから、 大学生が相手でも堂々と挑む。

榊選手(中学3年生)は5歳の頃にレスリングを始めるとすぐに夢中に。小学6年生で全国大会で優勝すると、JOCエリートアカデミーに入ることを決意。アカデミーに入ってから、レスリング技術を磨くことはもちろん、食事面やカラダのケアについても気を配るようになったそうです。練習では毎日、高校生や大学生を相手にスパーリング(試合形式の練習)。マットに上がったら年齢や経験は関係

ありません。東京オリンピックという目標に向かって、どんな相手にも全力で挑んでいます。



〈榊選手の1日〉

- 朝 6時 /起床
- 朝 6時半/ランニング・ウェイトトレーニング
- 朝 7時 /朝食・学校
- 夕方4時半/練習
- 夜 9時 /夕食・入浴・学習等
- 夜 11時 /就寝



練習でも常に全力で戦い合う

何度も繰り返して寝技を磨く



JOCエリートアカデミーの仲間たち



あそびスポーツ
研究所

十字鬼



- 絵のようなコートを描きます。
- 鬼は十字の上で、子は四角の中に入ります。
- 何周走るか決めて、時計回りに走ります。
- 鬼にタッチされたり、十字に入ったら子の負け。

さあ、やってみよう!

日本体育協会「アクティブ・チャイルド・プログラム」より

フェアプレイ語録



「神様お願い、という前にやれることはやり尽くしてピッチに立ちますよ。」

中山雅史(元Jリーガー)

正々(セイセイ)くん
J1通算ゴール数157というトップ*の記録を持つ中山選手。この言葉には、試合にのぞむ時には、練習も体調管理も、できることのすべてを行ってから臨むという意味を込めている。

*平成27年7月現在

