

燦々便り 78

なぜスポーツをするのですか

もう12月！ 早いですね。

コロナで活動は少し、抑えられましたが、いろんな大切なことを気づく時でもあった気がします。

体を動かす、体を鍛えることは、生きることの全てではないけれど、大事なことでした。

自粛があったからですがスポーツの種類のに今更ながら驚かされました。

自分に合うスポーツを選ぶのも大切ですね。時には驚くほどの多趣味の方もいます。人は交わって生きることを大事にしているのだな！とつくづく感じました。でも何もかも自分と考えが一緒という人はいません。それを学ぶにはスポーツが一番、多くの人の中で、自分に集中できる。違うことを尊重する。失敗することすら楽しむ。そのようなことを養えるのがスポーツです。

大谷翔平選手が今年、話題になりました。彼が二刀流を認めてもらうまで、どのような努力をしたのでしょうかね。

当たり前とか常識、彼のように変えることの出来る人もいれば、時代によって変わっていくものもあります。

テニスだけをとってもこの時はこうする。あの時はこうだ。となった時、その逆を取るのも方法ですね。それを常識破りと取る人と、ちゃんとカバーできる周りがある。方法っていっぱいあるのですね。それをコートの中で学べるから楽しいのかも、

プロになろうと思えば、体の鍛え方、精神力の強さ、その他もろもろ求められます。

そのような厳しさは感じながら、私達は自分の出来る事を追求するするだけでいい、ありがたいですね。

そしてそれは人と接すればこそ見つけられるものではないでしょうか？

いろんな人と出会う。観る、どれだけ歳をとっても、新しい出会い、発見があるものだと思います。

お知らせ

能勢杯

コロナも未だ収まらないなか、ありがとうございました。
皆さん、良かったこと、うまく行かなかったこと次のステップとしていただけますように♥
結果報告は今年中にできると思います

燦々カップ

報告

11月19日(金)

優勝 更家・岡崎ペア
準優勝 西出・森 ペア
3位 清水・井藤ペア

予定

12月17日(金)
2022年 1月28日(金)
2月25日(金)

場所 野洲河川コート

時間 10時半スタート

参加料 1ペア 3200円

(能勢杯登録されていない方は

100円 up です。令和3年4年含む)

申し込み受付中

コロナ太りしてませんか？

おうち時間、ストレッチするのはどうですか？

テレビ、ユーチューブの出番です。顔だけ、足だけ、肩こり何でも検索してできます。

つぼマッサージもいいですね
健康器具の売り上げがすごいらしいです。

器具を使っても使わなくても、いいのを見つけてください。