

スポーツタウン

脂肪燃焼教室

講師 尾崎 仁美

ボクシングの要素を取り入れたエクササイズで、初心者の方にも気軽にできる運動です。ご自分のペースで楽しく動いて、脂肪を燃焼してみてください。



ゆっくりエアロビクス教室

講師 鈴木 淑実

ゆっくりとしたテンポのエアロビクスです。音楽に合わせてのびのび動いたり、バランスを取ったり、少しずつ変化する動きを楽しみながら運動してみてください。



自宅でできる
スポーツ動画教室の
YouTubeチャンネル



体幹コンディショニング教室

講師 友永 美樹

リズムにのって全身を動かす運動と椅子を使ったストレッチを行っています。疲れにくい身体作りと生活習慣予防などにお役立てください。



Contents

- 平塚市×リトアニア共和国 —— 1P
- 湘南ベルマーレ
谷選手に聞きました —— 2P
- スポーツ動画教室
入賞おめでとう —— 3P

(表紙写真) 財団主催のスポーツ動画教室

リトアニア共和国オリンピック委員会ナショナルチームが 平塚で事前キャンプを実施しました!!

東京2020オリンピックの出場に向け、2021年7月4日（日）から8月3日（火）まで、リトアニア選手団（8競技65名（選手30名、スタッフ35名））が平塚市内で事前キャンプを行いました。

平塚市総合公園（レモンガススタジアム平塚、トッケイセキュリティ平塚総合体育館）、東海大学など市内施設でトレーニングに励み、東京2020大会に挑みました!!

事前キャンプの様子



オリンピック本番を間近に控え、選手達には緊張の色が漂いつつも、公開トレーニングでは応援に駆け付けた子ども達に笑顔で手を振り返してくれました。

また、選手団との通訳やトレーニング資材の運搬、公開トレーニングの観覧受付などの場面で市民ボランティアの皆さんが大活躍!!

お揃いのユニフォームをまとい「オール平塚」で選手団をおもてなしました。



リトアニアチーム主な成績

東京2020オリンピックでは、近代五種（女子）で、ラウラ・アサダウスカITE-ザドゥネプロヴスキエネ選手が銀メダルを獲得しました!

出場した全選手が全力を尽くし大健闘しました★

【リトアニアチーム入賞競技】

競 技	氏 名	結 果
競泳 男子200m自由形	ダナス・ラブシス	8位入賞
陸上(男子円盤投)	アンドリウス・グドジウス	6位入賞
陸上(女子やり投)	リヴェタ・ヤシュウナITE	7位入賞
近代五種(女子)	ラウラ・アサダウスカITE-ザドゥネプロヴスキエネ	銀メダル
近代五種(女子)	ギンタレ・ヴェンカウスカITE-ユスキエネ	7位入賞
自転車(トラック)	ミグレ・マロザITE	5位入賞
女子チームスプリント	シモナ・クルベクカITE	
ボート 男子シングルスカル	ミンドウガス・グリニコニス	6位入賞
ボート 女子ダブルスカル	ミルダ・ヴァルチュカITE	4位入賞
	ドナタ・カラリエネ	



ラウラ選手

※事前キャンプを実施していない選手を含む。

事前キャンプを行った選手からのメッセージ動画をYouTubeに掲載しています!

是非ご覧ください → [ひらつかリトアニアチャンネル](#) で検索

2021シーズンも残りわずか…熱いご声援をよろしくお願いします!

J1の舞台に踏みとどまるためにチームは丸一となって闘っています。
「ONE BELLMARE」で勝利をつかもう!!

PICK UP PLAYER

NO.1 GK 谷 晃生 選手(東京2020オリンピック日本代表)に聞きました!



Kosei Tani

生年月日：2000年11月22日(さそり座)
出身地：大阪府堺市出身
身長／体重／血液型：190cm／84kg／O型
利き足／足のサイズ：右・29.0cm

— サッカーを始めたきっかけ —

5歳の時に3歳上の兄がやっていたのに影響されて始めました。
3人兄弟の一番下ですが全員サッカーをやっていたので兄にくっついていったのがきっかけです。

— GKというポジションを選んだのはなぜ? —

小学校3年生のときに人数が揃わず兄の年代のチームに入って試合をしました。

その頃から背が高かったのでキーパーをやることになったのがきっかけです。そこでキーパーの魅力を感じました。防ぐだけではなくいろいろなことを学んだらどんどん楽しくなっていました。

— 湘南ベルマーレに移籍してよかったか? —

移籍をする時に「1年で見違えるような成長をする」ということを目標にしていました。ガンバ大阪ではJ3の試合にしか出場したことがなかったので、J1リーグ戦の中で多くの経験を積めたことは本当によかったと思います。日々の練習もとても充実しています。

— 平塚の町の印象は? —

町の雰囲気も人もとても穏やかで、暮らしやすいです。
でも移籍してすぐにコロナ禍になってしまい、いろいろな場所に出かけられないのが残念です。

— 東京2020オリンピックに全試合出場して得たもの —

オリンピックでは大きな舞台でプレーすることの責任感やひとつひとつのプレーで神経を使うということを経験しました。
そこを自分のノーマルなベースとしていければより高いレベルでプレーできると感じています。

— 今後の目標 —

日本代表がワールドカップで優勝する。それを成し遂げる一員として力を発揮したいと思っています。



ホームゲーム情報

第35節

11月7日(日) 15:00キックオフ
vs サンフレッチェ広島
マッケンジーハウススペシャルデー

第37節

11月27日(土) 14:00キックオフ
vs 徳島ヴォルティス
産業能率大学スペシャルデー

●湘南ベルマーレ公式SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)の紹介

現在、様々な湘南ベルマーレ公式SNSで情報を発信しています。ぜひフォローしていただき、最新情報をGETしてください。



Twitter
アカウント
@bellmare_staff
@kingbell_shonan
@Bellmare_food



Instagram
アカウント
@shonan_bellmare
@bellmare_style



Facebook
湘南ベルマーレ(公式)



LINE
湘南ベルマーレ

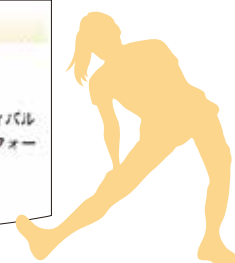
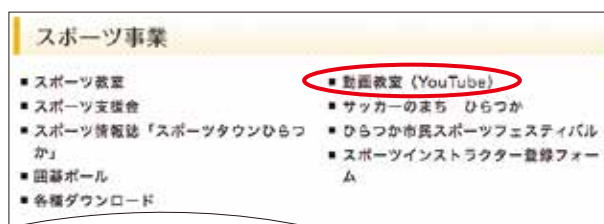


YouTube
湘南ベルマーレ

自宅でできるスポーツ動画教室を配信しています

新型コロナウイルス感染症の影響により、身体を動かす機会が以前より少なくなっているかと思います。
まちづくり財団では、運動不足の解消などを図るため、自宅で気軽にできるスポーツ教室の動画を配信しています。

詳しくは、インターネットで
「平塚市まちづくり財団」と検索。
スポーツ事業の「動画教室(YouTube)」を
クリックすると、様々な動画が表示されます。
ぜひチェックしてみてください。



入賞おめでとう

当財団では、市民のスポーツ活動を通して市民の皆さんがお互いにふれあい、生涯にわたりスポーツ活動が続けられるよう、スポーツ大会で入賞等をされた方々に支援金をお渡ししています。

令和3年2月から9月までに申請された方々です。

(敬称略)

出 場 者	大 会 名	結 果
内藤 行雲	第14回JKJO全日本ジュニア空手道選手権大会	ベスト8
石橋 咲織	天皇盃・皇后盃 第48回全日本空手道選手権大会	女子形競技個人戦 第5位
大鹿 倫毅	第12回オープントーナメント全日本空手道選手権大会	組手 小5男子重量級 優勝
大鹿 烈毅	第14回JKJO全日本ジュニア空手道選手権大会	中学1年男子52kg未満 第3位
大塚 心	第43回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会高等学校・中学校47都道府県通信水泳競技大会	中学生の部男子400m個人メドレー 第3位
桑原 安那	JOCジュニアオリンピックカップ全国中学生陸上競技大会2020	女子砲丸投 第8位
小林 ナオコ	第21回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会	一般女子47kg級 優勝
丸岡 美嬉	第32回全日本エアロビクス選手権大会	中高生ペア・グループ部門 優勝
	第4回リズムダンス選手権全国大会	リズムダンス中学生小編成部門 第2位
長 萌菜美	第32回全日本エアロビクス選手権大会	高学年サーキット 優勝
	第4回リズムダンス選手権全国大会	リズムダンス中学生小編成部門 第2位
大幸 寛知	第43回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会高等学校・中学校47都道府県通信水泳競技大会	13~14歳男子200m平泳ぎ 第6位
外山 尚人	第21回ジャパンクラシックマスターズベンチプレス選手権大会	男子マスターズⅢ 66kg級 優勝
木場 恵美子	第21回ジャパンクラシックマスターズベンチプレス選手権大会	女子マスターズⅡ 52kg級 優勝
渡邊 夢乃	日本アーティスティックスイミングチャレンジカップ2021	デュエットフリールーティン 第2位 デュエットテクニカルルーティン 第3位
	FINAワールドシリーズ2021カナダバーチャル大会	ソロ フリールーティン 第7位
福島 栄治	第30回全日本実業団ベンチプレス選手権大会	男子マスターズⅠ 83kg級 第4位
遠藤 和夏	第44回全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会	女子100m平泳ぎ 第7位
谷 晃生	第32回オリンピック競技大会(2020/東京大会) 男子サッカー競技	第4位
デーデーブルーノ	第32回オリンピック競技大会(2020/東京大会) 陸上競技	男子400mリレー 決勝出場失格
石井 美樹	第32回オリンピック競技大会(2020/東京大会) ビーチバレー競技	予選リーグ敗退
村上 めぐみ	第32回オリンピック競技大会(2020/東京大会) ビーチバレー競技	予選リーグ敗退

私たちは湘南ベルマーレを応援しています。



石と緑のエキスパート

湘南造園株式会社

本 社／〒254-0913 神奈川県平塚市万田596-1
http://www.shonan-ls.co.jp

TEL.0463(32)5030 FAX.0463(32)5036