



令和7年度

八戸市スポーツ大使

ふるさとセミナー

八戸市立島守中学校

全校生徒

青森ワッツ | チアダンス教室

講師紹介

青森ワッツ チアダンスチーム

「ブルーリングス」

インストラクター

キャプテン



RUIさん



MIYUUさん

チアダンスについて

まずは青森ワッツや
チアダンスについての説明。



<チアスピリット>

- ・笑顔と元気を届ける
- ・前向きな姿勢で取り組む
- ・思いやりの心を持つ

ダンスが苦手という人も多かったですが、
「**笑顔と挑戦する気持ち**を忘れず、楽しく元気にやり
ましょう！」とRUIさん

▼ケガをしないよう入念にストレッチ



▲今日踊る演目のお手本

実践練習

お手本を見た後は踊れるか不安な表情でしたが、丁寧に教えてもらい、笑顔が増えていきました。

▼教えてもらった動きを復習



▲決めポーズを考案中

2チームがそれぞれ発表



▲最後のポーズもバッチリ！▲

最後に

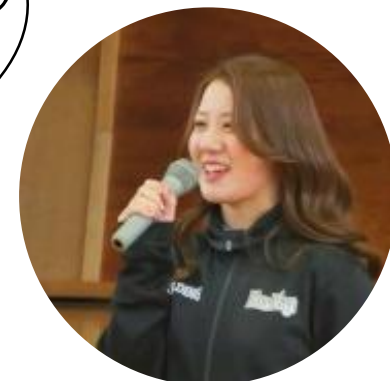
「楽しかったです」

「勉強に疲れたときはダンスで動きたいです」など
皆さんが感想を発表。

チームワークが
良かったです。みんなの
良さを忘れずに！

「楽しい・嬉しい」という
明るい気持ちを忘れないで

今後「ダンスが得意な人～？」と聞かれたら、
自信をもって手を挙げてください！
とおふたりのお墨付きをいただきました。



皆さんお疲れさまでした！



RUIさん
MIYUUさん

ありがとうございました！