

おうち時間を楽しもう  
デンソーエアリービーズから  
トレーニング動画が届きました



ターゲット 3.4



ターゲット 17.17

令和 2 年 5 月 29 日  
郡山市文化スポーツ部  
スポーツ振興課  
担当：佐藤 有莉

TEL：924-3441

SDGs ターゲット 3.4 「予防や治療を通じて健康・福祉を促進する」

SDGs ターゲット 17.17 「官民、市民社会のパートナーシップを奨励・推進する」

郡山市をホームタウンとするバレーボールチーム「デンソーエアリービーズ」から、おうちで簡単にできるトレーニング動画が届きました。

郡山市公式 YouTube チャンネルで配信しています。

- 1 動画の内容 おうちでできるトレーニング（約 4 分）  
(1) バランスを鍛えるトレーニング  
(2) バレーボールのスイングトレーニング
- 2 動画の公開 令和 2 年 5 月 28 日(木)から郡山市公式 YouTube チャンネルで配信中



こちらから郡山市公式 YouTube チャンネルにアクセスできます。

<https://www.city.koriyama.lg.jp/soshikinogoannai/kyotu/23890.html>

<動画作成の経緯>

新型コロナウイルス感染症の拡大予防のため、おうちで過ごす時間が増えていくことから、おうちの中で一人でもできるトレーニング動画をいただきました。全日本代表選手であり、デンソーエアリービーズのキャプテンを務める鍋谷友理枝選手が出演しています。