

参加会社・組織

- JALEC (JKV・JKV#・JKV/G・JKV/J・JKV/I・JKV/C・JKV/T・JKV/M)

実施活動名

- JKV ボーリング大会2020！！(JAL Wellness 2020)

日時・場所・時間

- 1月31日 @ 平和島スターボウル

参加人数

- JALEC 33名 + 委託先会社 10名

実施内容

- JALECの業務委託先の会社と合同で活動を行った。
- 健康増進を目的として、以下のとおりボーリングを実施した。
 - チームを11チームに分け(1チーム3名~4名)、チーム対抗戦とした。
 - ボーリング2ゲームを実施し、チームの平均スコアにて競い合った。

所感

- 普段デスクワークであり、運動の機会が少ない部署なので、少しでも運動の機会を設けられれば、と思い活動を行った。活動により怪我に繋がる懸念があったため、体への負担が少ないボーリングを選択した。
- 2ゲームとはいえ、普段運動をしていないと後半に疲れを感じ、体の衰えを再認識する良い機会であった。(肩回りを動かすため、肩凝りにいい運動になった。)

