

参加者募集!

キミのがんばりを応援します!

小学生水泳教室



実施日カレンダー
 =週2回コース
 =週1回コース

日	月	火	水	木	金	土
4月		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26 (1)
27	28	29	30			
5月				1 (1)	2	3
4	5	6	7	8 (2)	9	10 (2)
11	12	13 (3)	14 (3)	15 (3)	16	17 (4)
18	19	20 (5)	21 (5)	22 (4)	23	24 (6)
25	26	27 (7)	28 (7)	29 (5)	30	31 (8)
6月	1	2	3 (9)	4 (9)	5 (6)	7 (10)
8	9	10 (11)	11 (11)	12 (7)	13	14 (12)
15	16	17 (13)	18 (13)	19 (8)	20	21 (14)
22	23	24 (15)	25 (15)	26 (9)	27	28 (16)
29	30					
7月		1 (17)	2 (17)	3 (10)	4	5 (18)
6	7	8 (19)	9 (19)	10	11	12 (20)
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

■コース

	上級コース	中級コース	初級コース
対象者のめやす (いずれもみたしていること)	①ビート板バタ足で25mを40秒以内で泳げる ②クロールで25mを楽に泳げる ③背浮バタ足で12.5m以上進める	①ビート板バタ足で25m進める ②クロールで12.5m泳げる	初心者(水に慣れていない人)
目 標	①ビート板バタ足で25mを30秒以内で泳ぐ →さらに20秒以内へ ②平泳ぎと背泳ぎの習得、クロールの泳力と技術の向上を目指します →さらに25mと50m単位で練習し、スタート(飛込)・ターン、バタフライの習得と各泳法の技術向上を目指します	①ビート板バタ足で25mを40秒以内で進める ②クロールの呼吸とかき方を練習し、25mを楽に泳ぐ ③背浮バタ足で12.5m以上進める	水慣れ、顔付け、呼吸、バタ足、面かぶりクロールに挑戦します

- 日 程 カレンダーのとおり
- 時 間 火曜日・水曜日・木曜日 17:30~18:30
土曜日 9:00~10:00(前半)もしくは10:15~11:15(後半)
- 会 場 長岡技術科学大学室内プール
- 指導者 大桃正隆コーチ・大桃水江コーチ・斉藤 文コーチ・和田詳子コーチ ほか
- 参加費 週2回コース 15,000円(全20回分)
週1回コース 7,500円(全10回分) 初級・中級コースのみ
- 定 員 各コースとも1クラス10人程度
- 申込締切 平成26年4月18日(金)(定員になり次第、受付を終了します。)

*初回より、水着・スイムキャップ・ゴーグル・タオルを持参ください。
 *諸事情により、コーチの代替や実施日時を変更する場合があります。
 *コースにつきましては、最初にコーチの方で泳力判定しますので、場合によってはコースが変更になることをお含みおきください。
 *水泳教室と並行して、学生の研究活動も数回行うことと水泳教室の風景写真を広報紙に掲載しますことをご理解ください。

お申込み&お問い合わせ先

公益財団法人 長岡技術科学大学技術開発教育研究振興会
 〒940-2137 長岡市上富岡町1603-1 長岡技術科学大学内
 TEL&FAX 0258-46-5455 (直通)
 メールアドレス kyokoyam@jcom.nagaokaut.ac.jp

参加申込書

フリガナ 氏名/性別	(男・女)	小学校	小学校	年
参加コース	<input type="checkbox"/> 上級コース <input type="checkbox"/> 中級コース <input type="checkbox"/> 中級(週1回 木曜日)コース <input type="checkbox"/> 初級コース <input type="checkbox"/> 初級(週1回 木曜日)コース	参加曜日 (週2回コースのみ)	<input type="checkbox"/> 火曜日 or <input type="checkbox"/> 水曜日 (いずれも17:30~) and <input type="checkbox"/> 土曜日 9:00~ or <input type="checkbox"/> 土曜日 10:15~	それぞれお選びください。
保護者氏名		既往症	身長	cm
住 所	〒 -	特記事項	体 重	kg
連 絡 先	携帯番号 - メールアドレス -	自宅TEL	-	備 考
		自宅FAX	-	