

# 長岡技術科学大学 小学生水泳教室

参加者  
募集！ '15春

## ■コース

	上級①コース	上級②コース	中級コース	初級コース
実施曜日	◆週2回コース 月曜日or水曜日 と土曜日	◆週2回コース 火曜日or水曜日 と土曜日	◆週2回コース 火曜日or水曜日 と土曜日 ◆週1回コース 木曜日	◆週2回コース 月曜日or火曜日 と土曜日 ◆週1回コース 木曜日
対象者のめやす	上級②コースの目標をマスターしている	中級コースの目標をマスターしている	初級コースの目標をマスターしている	初心者（水に慣れていない人）
目 標	①平泳ぎ、自由形、背泳ぎの泳力向上を目指します ②25m、50m単位で練習し、スタート・ターン、バタフライの習得を目指します ③立ち泳ぎを習得します	①クロールで25mを30秒以内で泳げる ②ビート板バタ足で25mを40秒以内で泳げる ③背泳ぎで25m泳げる ④平泳ぎを習得します	①ビート板バタ足で楽に25m進める ②クロールの呼吸とかき方をマスターし、25mを楽に泳げる ③背泳ぎバタ足で25m泳げる ④平泳ぎ脚(蛙足)で楽に進める	①水慣れ、顔付け、ポビング（水中で鼻から息をはき、水上で口から息を吸う）、バタ足、面かぶりクロールができる

実施日カレンダー  =実施日

	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
5月	26	27	28	29	30	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	27	28	29	30
6月	31	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	27
7月	28	29	30	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	27	28	29	30	31	

- 時 間 月～木曜日 17:30～18:30  
土曜日 9:00～10:00(前半) or 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・斎藤 文コーチ・和田祥子コーチ
- 参加費 週2回コース 15,000円(全20回分)  
週1回コース(初・中級のみ) 8,000円(全10回分)
- 募集定員 各コースとも1クラス10～12人程度
- 申込締切 平成27年4月17日(金)(定員になり次第、受付を終了します。)
- 申込方法 参加申込書に記入のうえFAX、TEL、郵送、メール、持参のいずれかでお申込みください。  
(のちほど、受け付けた旨の連絡を差し上げます。)

## 実施曜日

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜(前半)	土曜(後半)
上級①		上級①		上級①	上級①
	上級②	上級② & 中級		上級②	上級②
	中級		中級(週1)	中級	中級
初級	初級		初級(週1)	初級	初級

お申込み&お問い合わせ先

(公財)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①コース <input type="checkbox"/> 上級②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"/> 月曜日 <input type="checkbox"/> 火曜日 <input type="checkbox"/> 水曜日 <input type="checkbox"/> 木曜日 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 自宅FAX	- -	備考