

## ジュニア育成・夏休み子供水泳講習会

### 指導内容について

190515

ジュニア育成・夏休み子供水泳講習会として2年生以上の小学生を対象にした講習会です。

講習は7月23日(火)、24日(水)、25日(木)、26日(金)、27日(土)の5日間、午前9時から11時(更衣時間を含む)の開催となります。

応募者数にもよりますが、泳力別に三鷹市水泳連盟の指導者の中から主任コーチ及びサブコーチとして10名程度が指導にあたります。

事故を未然に防止するため、ガード体制には細心の注意を払います。

#### ◆ 指導内容

学年に関係なく、泳力別に4～5班体制で指導します。

- 5 班；水なれコース
- 4 班；クロール及び背泳ぎで25m以上を目指します。
- 3 班；クロール及び背泳ぎで50m以上を目指します。
- 2 班；平泳ぎの習得と他の2泳法の習熟。
- 1 班；バタフライと個人メドレーを目指します。

安全第一を肝に銘じていきたいと思えます。

水泳連盟ホームページ <http://suiren.mitaka.tokyo.jp/>

