

ジュニア育成・夏休み水泳子供講習会

指導内容について

180515

ジュニア育成・夏休み水泳子供講習会として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31日(火)、8月1日(水)、2日(木)、3日(金)、4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名あまり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。

- 4 班 ; "水なれ"と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ひます。

Jr部ホームページ http://www.geocities.jp/junior_bul/

