



オープンウォーター・トライアスロン スイム 練習会のお知らせ 【楽に泳ぐクロール】

【日 時】 10月4日(日)15:30～18:00

【会 場】 敷島公園水泳場

【練習内容】 (1) 楽に泳ぐクロールの技術練習
立ち泳ぎ・スカーリング・ブイ周り 等含む
(2) トレーニング参考メニュー配布

【指 導 者】 青木和子(OWS 日本代表コーチ)
貴田裕美(OWS 日本代表選手) 他

【参 加 料】 3,000 円 当日キャンセルは全額お支払いいただきます
* ウォーターセーフティー講習会にも申込みした場合、2,000 円

【参加対象】 クロールで50m 以上泳げる方
* これからレースに出たいと思っている方でも OK
* 技術練習が主なので 50m 泳げれば、タイムは遅くても大丈夫
* ウエットスーツ無しで行います
* 小学5年生以上

【申 込】 敷島水泳場にて申し込み または
FAX でお申し込みください
敷島公園水泳場 027(232)7871
記載事項:「練習会申込」
氏名・年齢・住所・電話・メールアドレス