

飛込みスタート教室



日 時…令和8年8月11日(火・祝) 13:30~14:20

対 象…①【中上級者クラス】:一度に50m以上泳げる飛込みスタート経験がある小学生以上の方

…②【初心者クラス】:一度に50m以上泳げる小学生以上の方

定 員…各クラス8名

内 容…①区民大会等の競技会で飛込みスタート経験のある方向けの教室です。飛込み方法や入水後の浮き上がり方などスタート動作の指導をいたします。

②飛込みスタートの基本姿勢や体の動かし方を指導していき、飛込み台からの飛込みスタートを最終目標に指導していきます。

会 場…荒川総合スポーツセンター 1階 大プール窓側 1・2レーン

申込方法…Web 申込(先着順)8/6(木)8:00~8/10(月)12:00(空きがある場合は、当日受付を実施します。)

…申込期間内に当チラシの二次元コードを読み取り、必要事項をご入力の上、申し込みください。

参 加 費…各クラス1,200円(参加費はイベント開始30分前より券売機にてお支払いください)

持 ち 物…水着・水泳キャップ・タオル・ゴーグル



申込はこちらから👉

