

参加者
募集！

'25 夏

長岡技術科学大学 小中学生水泳教室

■コース

	中級コース	初級②コース	初級①コース
実施曜日	◆週2回コース 水曜日と土曜日 ◆週1回コース 水曜日または土曜日	◆週2回コース 水曜日と土曜日 ◆週1回コース 水曜日または土曜日	◆週2回コース 水曜日と土曜日 ◆週1回コース 水曜日または土曜日
対象者の めやす	初級②コースの目標を マスターしている	初級①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 クロールで25mを 楽に泳げる ② 背泳ぎで25m泳げる ③ 平泳ぎの基本と バタフライの基本を 習得します	① ビート板バタ足で 25m進める ② クロールの呼吸と かき方で25m泳げる ③ 背浮きキックが沈ま ずリズムよく泳げる	① 水慣れ、顔付け、 ボビング(水中で鼻 から息をはき、水上で 口から息を吸う)、 バタ足、けのび、 面かぶりクールが できる

実施日カレンダー =実施日

日	月	火	水	木	金	土
		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	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 水曜日…17：30～18：30 ， 土曜日…9：00～10：00
- 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・佐藤正樹コーチ・井比亨コーチ ほか
- 参加費 週2回コース 9,000円 (全12回分)
週1回コース 5,000円 (全6回分)
- 定 員 各コースとも1クラス10人程度
- 申込締切 令和7年7月4日(金) (定員になり次第、受付を終了します。)
- 申込方法 当会ホームページの申し込みフォームからお申し込みください。
メール・電話・郵送等でも受け付けます。
(参加申込書の項目を全てお知らせください。)

注意!!

※ 8/2(土)、8/13(水)はお休みです。

◎注意事項

- *水着・スイムキャップ・ゴーグル・タオルを持参ください。
- *諸事情により、コーチの代替や、実施日時の変更をする場合があります。
- *参加希望者の応募状況により、実施曜日、時間(土曜日)、クラス分け等の調整を行う場合がありますことをご了解ください。
- *コースにつきましては、最初にコーチが泳力判定をします。
- *水泳教室の風景写真を広報紙等に掲載しますことをご理解ください。



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

ホームページ <https://fartun.org>

メールアドレス kouekizai@jcom.nagaokaut.ac.jp

TEL & FAX 0258-46-5455 (直通)



参加申込書

フリガナ 氏名/性別	(男・女)	学校	小(中)学校	年
参加コース	☐ 中級(週2回)コース ☐ 中級(週1回)コース ☐ 初級②(週2回)コース ☐ 初級②(週1回)コース ☐ 初級①(週2回)コース ☐ 初級①(週1回)コース	参加曜日	☐ 水曜日(17:30~18:30) ☐ 土曜日(9:00~10:00)	
保護者氏名		既往症		
住所	〒 -	生年月日	西暦 年 月 日	特記事項
連絡先	携帯番号 - - メールアドレス	自宅TEL 自宅FAX	- -	備考