

2023 年度エリート小学生強化練習会について

趣旨	・将来に向けた基礎作りとしての定期的な小学生スイマーの強化練習会とする ・下記に示したテーマを基にトレーニングを実施する ○正しいストレッチの指導(柔軟性の向上) ○正しい身体作りの指導(故障しない身体作り) ○4 種目におけるストローク技術の向上 ○スタート、ターン、タッチ、潜水キック技術の向上 ○個人メドレーの記録向上を目指す ○教育的指導(水泳選手として必要な考え方)
練習場所	パルポート紀の川
日程	2023 年6月25日(日)
参加対象	2022 年度和歌山県強化指定選手 A, E (エリート) または2023 年度和歌山県強化指定選手 A, E (エリート) に該当する新小学4～6 年生 ※任意参加とします ※参加人数により参加対象が変更となる場合があります
指導者	競泳委員会スタッフ等
参加費用	強化指定 A 参加費無料+保険代800 円(新規参加者のみ) 強化指定 E 参加費500 円+保険代800 円(新規参加者のみ) ※昼食は各自で用意してください。
その他	・保険登録は競泳委員会で行います ・練習道具等必要なものを準備しておくこと。 ・練習会中に体調不良等が出た場合、迎えに来てもらうことがあります。その場合の参加費等の返金は致しません。また、快復後の練習復帰は認めません。 ・新型コロナウイルス感染拡大に依り、中止となることもあります。
問合・申込	担当 下田 a.simoda@wakayama-wky.ed.jp ※申込締切を6月18日(日)とします

スケジュール(予定)

6月25日
9:30 集合
10:00～12:00 練習
昼食・休憩
15:00～17:00 練習