

# マスターズ春季練習会開催のご案内

スタート練習を中心としたスイムスキルアップ講座

2019年度マスターズ水泳協会公認大会が札幌市平岸プール、道立野幌総合運動公園プールで行われます。両会場はバックプレート付きスタート台が設置されています。マスターズスイマーのみなさんはスタート練習の機会がないまま、本番（大会）へ挑むことになり、いつもスタートに不安があることでしょう。

シーズン前に4回にわたってスタートの基本動作から実践に役立つテクニックを教えます。背泳ぎでは、道内初設置のバックストロークレッジ付スタート台も体験できます。最新のスタート台を使った練習会に是非ご参加ください。

- 主 催 一般財団法人 北海道体育文化協会（野幌総合運動公園）
- 指 導 者 木谷 琢睦 野幌公園事務所 副所長  
資格（公財）日本体育協会公認水泳教師 （公財）日本体育協会公認水泳コーチ  
及川 健治  
資格（公財）日本体育協会公認水泳コーチ
- 内 容 スタートフォーム（構え）を改善し、ジャンプ動作を習得する。  
効率の良いスタートを目指します。
- 対 象 者 一般の方で水泳大会参加経験者、及び水泳大会参加を考えている方
- 開催日時 令和元年 5月18日（土）10：00～11：30  
5月25日（土）10：00～11：30  
6月 1日（土）10：00～11：30  
6月 8日（土）10：00～11：30 計4回
- 参 加 費 3,800円※プール利用料はかかりません。  
別途スポーツ傷害保険料がかかります。  
64歳以下1,850円、65歳以上1,200円
- 定 員 20名 先着順 定員になり次第締め切ります。
- 受付期間 平成31年4月17日（水）～令和元年5月5日（日）
- 受付時間 9：00～17：00
- 申込方法 電話予約後、5月5日（日）までに所定の申込書に必要事項を記入の上、現金を  
そえて直接、野幌公園事務所へお申込みください。

【申込み、お問合せ先】

野幌公園事務所 担当 木谷

〒069-0832 江別市西野幌 481 番地

TEL 011-384-2166 FAX 011-384-1587