

# 中・長距離水泳記録会

2014  
**5/11** (日)

**16:30 [受付]** 夕方からの開催です、小学生は保護者・指導者の同伴が必要です。

●会場●  
区立光が丘体育館温水プール  
03-5383-6611  
(駐車場は公園の有料駐車場をご利用ください)

●参加資格●  
練馬区在住・在勤・在学・在クラブの方  
(小学生低学年には保護者・指導者の付添をお願い致します)

●定員● **50名**  
●申込締切り●4月25日(金) 消印有効  
●開催種目●

1人2種目まで/泳法は自由です。個票に必ず泳法をご記入ください。

◆200m ◆400m(制限時間13分)  
◆800m(制限時間25分)◆1500m(制限時間40分)  
※制限時間を過ぎると退水していただくことがあります。  
※同時レースになることもあります。1コース2人で泳ぐ場合もあります。  
※水中スタートで実施致します

- 主催 第46回練馬スポーツ祭典実行委員会
- 主管 新日本スポーツ連盟練馬区連盟
- 後援 練馬区教育委員会(予定)
- 協力 新日本スポーツ連盟東京都水泳協議会

- 参加費●(参加費には保険料を含みます。)
- 200m...1000円 ●400m...1000円
- 800m...1500円 ●1500m...2000円



学生は半額

- 申込方法●  
所定の申込み用紙(個人票・出場種目分)に学校やクラブ名、自己ベストタイムも必ず記入して下記に、FAX・郵送でお申し込み下さい。  
◆参加申込書はスポーツ連盟練馬のホームページから取り出せます。また、直接ご請求ください。

◆参加費振込先:

郵便振替 番号=00140-9-88308 名義=スポーツ連盟練馬

◆注意事項

- 記録証があります。
- 健康診断を受けるなど、健康状態にご留意のうえご参加ください。また、当日体調が悪いときは、無理をしないようにして下さい。
- 会場内での事故には充分にご注意下さい。万一事故が発生した場合、会場での応急処置はおこないますが、以後の責任は負いかねますのでご了承下さい。
- プールサイドでの飲食は禁止します。会場内は土足禁止です。

■参加申込・問合せ先■

新日本スポーツ連盟練馬区連盟 水泳記録会係  
〒179-0073 練馬区田柄3-27-26 tel:080-1049-1112  
Eメール:t-egawa@jcom.home.ne.jp  
URL:http://members.jcom.home.ne.jp/0374008602/index.htm

水泳記録会参加申込	氏名	ふりがな	男女	学生	所属名(クラブ名・学校名など)	学年			
			歳	一般		( )年生			
	住所〒					電話			
参加種目	200m	400m	800m	1500m	自由形	平泳ぎ	バタフライ	背泳ぎ	個人メドレー

個票	プログラム	組	コース	氏名	ふりがな	200m	自由形	男・女
						400m	平泳ぎ	
						800m	バタフライ、背泳ぎ	
決勝タイム	年齢	所属名(クラブ名・学校名など)	自己ベストタイム					
分 秒	歳		分 秒					

■太枠のみ記入もしくは○をしてください。

う い て ま て  
"uitemate"

# 練馬着衣泳講習会

- 主催 第46回練馬スポーツ祭典実行委員会
- 主管 新日本スポーツ連盟練馬区連盟
- 後援 練馬区教育委員会(予定)
- 協力 一般社団法人水難学会

2014

第13回



夏のプール・海水浴シーズンの前に

靴をはいたまま、服を着たままで水に浮いて

救助を待つ着衣泳を体験しましょう

泳げない子どもも

だいじょうぶ!

水難学会の指導員がやさしく

浮けるように指導します。

5/11

(日)

[受付] 12:00~  
[講義] 12:30~13:30  
[プール実技] 14:00~16:00

■対象■ 一般・親子(小学生以上)

■募集定員■ 40名

■会場■

区立光が丘体育館温水プール

03-5383-6611 (駐車場は公園の有料駐車場をご利用ください)

■参加費■

小学生:200円、中学生:500円、大人:800円

※小学生3年生までは中学生以上の保護者の参加が必要です。

(保護者1人に子供2人までとします)

■持ち物■

水着、スイミングキャップ、ゴーグル、タオル、着衣  
(水洗いした長袖、長ズボン。ポケットの中のゴミを取り除いてください)、  
運動靴(水に浮く新品か、良く洗ったもの。靴底はゴムではなくウレタン  
のものが望ましいです。学校の上履きはゴム底です。)、  
ペットボトル(2.0ℓ程度でふた付。シールやラベルは剥がし、  
記名してください。)

●当日は、ビデオ撮影をすることがあります。ご了承ください。

学校名、クラブなどを記入の上、4月25日までに下記に申し込んでください。

ホームページ、fax、eメール。

●参加申し込み●

ホームページ:

<http://home.j05.itscom.net/tyakuiei/2014nerima.html>

fax.044-577-3346(安行)

eメール:t-egawa@jcom.home.ne.jp(江川)

2014

第5回

光が丘体育館子供プールで

# 幼児着衣泳講習会

5/11(日)

[受付] 12:00~  
[講義] 12:30~13:00  
[プール実技] 13:10~14:00



■対象■

幼児(オムツのはずれた、自分でおしっこが教えられる。)・親子

■募集定員■ 20名

■会場■

区立光が丘体育館温水プール(子供プール)

■参加費■ 幼児:200円

大人実技参加者:800円

※保護者の参加が必要です。プールサイドで見守るか、プール実技に参加されても結構です。

●問い合わせ● <1.2にいずれでも>

1. 新日本スポーツ連盟練馬区連盟 江川 080-1049-1112

(〒179-0073 練馬区田柄3-27-26)

eメール:t-egawa@jcom.home.ne.jp

2. 一般社団法人水難学会 安行 090-5437-9504

eメール:yumiko-yasuyuki@j05.itscom.net

着衣泳講習会 申込書	■氏名	■年齢	■参加者が4歳~小学3年生の保護者名
	■学校名・クラブ名(大人は職業)	■TEL	
	■住所	■FAX	
		■Eメール	