

マスターズ水泳キーワード9

- マ マイペースゆうゆう大きなストローク
- ス 進んで受けようメディカルチェック
- タ タイムより楽しい水泳健康づくり
- | (ア)頭を使って泳ぎの工夫
- ズ ずっと前の若さと力あてにせず
- す 睡眠食欲体調チェック
- い いつも練習あってこそ楽しいレース
- え エイここで退く勇気が大人の水泳
- い いい笑顔気力も充実輝く高年

公益財団法人日本水泳連盟医事委員会
日本水泳ドクター会議
一般社団法人日本マスター水泳協会