

2017年度東京都小学生選抜強化練習会(1224)参加要項

1 日時 2017年(平成29年)12月24日(日) 9:15~19:15(開校式・閉校式含む)

2 会場 東京辰巳国際水泳場(サブプール全面・トレーニングルーム)

3 主催 (公財)東京都水泳協会 競泳委員会・ジュニア委員会

4 参加対象 小学5~6年生で下記条件を1つでも満たしている者
 1、2017年度東京都強化標準記録突破者
 2、2017年度全国JOC'ニアリカ' ッカッ' 春季水泳競技大会個人種目標準記録突破者
 *2017年12月10日(日)現在での突破者、リレー要員も含む
 3、2017年度全国JOC'ニアリカ' ッカッ' 夏季水泳競技大会個人種目出場者
 *リレー要員は除く

5 参加費 無し

6 指導コーチ (公財)東京都水泳協会 競泳委員会委員・ジュニア委員会委員
 及び選手を輩出している参加クラブコーチ

7 日程

24日(日)	受付	9:15 - 9:30	15分	1階警備員入口より⇒警備員入口前受付⇒会議室へ
	開校式	9:30 - 9:45	15分	トレーニングルームにて
	着替え&準備	9:45 - 10:00	15分	トレーニングルーム横の更衣室にて水着に着替える
	水中練習説明&体操	10:00 - 10:30	30分	サブプール プールサイドにて(練習道具持参)
	①水中練習 AM	10:30 - 12:30	120分	サブプールにて
	休憩・昼食	12:30 - 14:00	90分	トレーニングルームにて
	②体操・ストレッチ等リチャ	14:00 - 16:00	120分	トレーニングルーム 講師・小林 弘幸トレーナー
	水中練習説明&体操	16:10 - 16:30	20分	サブプール プールサイドにて(練習道具持参)
	③水中練習 PM	16:30 - 18:00	90分	サブプールにて
	閉校式	18:30 - 18:45	15分	サブプール プールサイドにて
解散・完全退館	18:45 - 19:15	30分	朝入って来た1階警備員入口より退館	

8 申込方法 (公財)東京都水泳協会ホームページより書式をダウンロードし、必要事項を記入し下記アドレスへご送信下さい。
 申込アドレス : kyouei@tokyo-swim.org
 メール の 件 名 → ④小学生選抜強化練習会(クラブ名) *頭に必ず④をつけてください

9 申込期間 平成29年12月11日(月)21:00まで厳守
 (注意) 申込一覧表は、今回掲示された一覧表を必ずご使用下さい。

10 準備品 水着・キャップ・ゴーグル・プルブイ・パドル・ビート板・Tシャツ・短パン(サンダル不可)

11 参加諸注意 1、参加にあたり著しく練習態度・参加マナーが悪い選手・コーチ・保護者は、講習会・練習会実施中において、途中退場をしていただく場合がございます。ご注意ください。
 2、練習内容につきましては、競泳委員会・ジュニア委員会指導者の指示で実施致します。
 3、当日の入退場は、1階警備員入口より行ってください。
 なお、レストラン側入口・2階事務所側入口・通常競技会入場門からの入場出来ません。

12 集合・解散 集合は、各自現地集合・解散となります。行き帰りの交通には充分ご注意ください。
 行き帰りの事故・怪我等につきましては、各自の責任にてお願い致します。当協会での責任対応は致しません。

13 その他 1、今回の強化練習会に初参加される選手皆様には、「Tokyo」のスィムキャップをプレゼントいたします。
 受付時にお申し出下さい。
 2、今回は保護者の方の見学時間はありません。
 3、保護者の方からのお問い合わせは、クラブ責任者を通し、クラブ責任者からお願い致します。
 4、当日、お弁当は出ません。各自で、用意して参加してください。

14 お問い合わせ (公財)東京都水泳協会 ジュニア委員会委員長 小野 潤一 080-3598-4046