

## 日本スイミングクラブ協会東海支部

### 第 3 2 回 競 泳 研 究 会 の ご 案 内

( 兼 資 格 更 新 研 修 会 )

#### 〈 開 催 趣 旨 〉

競泳が盛んになることは、人間力を向上させることであり、大変重要なことです。そして、結果的にスイミングクラブの発展につながるのです。その手助けの一端を担うべく、各クラブの競泳コーチおよび関係者が一堂に会して、現在そして未来に向かって競技水泳を継続して研究しようというのがこの研究会です。

---

開催日：2023年1月22日（日）9：40～17：15（受付9：20から）

会 場：三重交通Gスポーツの杜 鈴鹿水泳場（研修室及び25mプール）

住所：三重県鈴鹿市御園町1669番地 交通：近鉄名古屋線「白子駅」下車 車で20分

---

1、主 催：日本スイミングクラブ協会東海支部

2、主 管：東海支部指導力向上委員会

3、協 力：三重地域事業企画委員会

4、第32回研究テーマ：

『選手強化で日本を代表する指導者の一人である筑波大学准教授で水泳部監督の千石泰雄氏を招聘し、ジュニア選手の指導法と最新の泳法理論とトレーニング法を学びます。併せて、NESTAスイミングコンディショニングトレーナーの田島理帆氏に、「背骨の力を手足に伝える、効率的なストローク、キックにつながるANIMAL FLOW」のやり方を学び、ジュニア選手の強化に役立てること』が今回のテーマです。

5、期 日：2023年1月22日（日）

6、会 場：三重交通G スポーツの杜 鈴鹿水泳場

7、参加資格：水泳指導者並びに関係者

8、定 員：80名

9、参加費用：8,800円

10、振 込 先：①銀行名：百五銀行河芸支店 ②口座番号：（普通）349604

③口座名：日本SC協会東海支部

11、申込方法：申込書に必要事項をご記入の上、郵送下さい。同時に指定口座へ参加費用を振り込んでください。

12、申込締切：2023年1月14日（土）但し、定員になり次第締め切ります。

13、申込住所：〒512-8065 三重県四日市市千代田町201-2

日本SC協会東海支部指導力向上委員会

14、申込確認：お申し込みの確認は「申込確認書」の発送をもって連絡いたします。定員を超えた場合は事前に連絡いたします。

15、そ の 他：①1クラブ2名以上申込の場合は、申込書をコピーしてご利用下さい。

②この研究会は、水泳教師並びに水泳インストラクターとアクアフィットネスインストラクター資格取得者等の更新講習会として認定されております。資格の更新が間近の方は、是非受講して下さい。

③講師の都合で、内容に変更がでる場合がありますので予めご承知おき下さい。

④お問い合わせは、担当：目黒までご連絡下さい。（TEL090-3154-3385）

16、プログラム:

時 間	研 究 会 内 容
9:20~9:40	受 付
9:40~9:50	開 講 式(会場:研修室)
9:50~10:00	移 動
10:00~12:00	<p>実技①(水中トレーニング)(会場:25mプール)</p> <p>「ジュニア選手のための効果的な四泳法のドリルのやり方を学ぶ」            (ジュニア選手のための効果的な千石流            四泳法のドリルのやり方を学びます。)</p> <p>講師:千石 泰雄 (筑波大学水泳部監督)</p> <p>(※受講者の皆様には、ドリルを行っている参加選手を見学していただきます。)</p>
12:00~13:00	休 憩
13:00~15:00	<p>講演①(会場:研修室)</p> <p>「最新の泳法理論とトレーニング法について」            (最新の泳法理論とそれに伴うトレーニング法について学びます。)</p> <p>講師:千石 泰雄 (筑波大学水泳部監督)</p>
15:00~15:10	休 憩(移 動)
15:10~17:10	<p>実技②(陸上トレーニング)(会場:25mプール内プールサイド)</p> <p>「背骨の力を手足に伝える、効率的なストローク、キックにつながる            ANIMAL FLOW について」            (背骨の力を手足に伝える、効率的なストローク、キックにつながるANIMAL            FLOWについて、参加選手に体験していただきます。)</p> <p>講師:田島 理帆 NESTA スイミングコンディショニングトレーナー)</p> <p>(※受講者の皆様には、陸上トレーニングを行っている参加選手を見学していただきます。)</p>
17:10~17:15	閉 講 式

## 第 32 回 競 泳 研 究 会 申 込 書

(開催日:2023. 1. 22)

氏 名		年 齢	歳	競技水泳 指導経験年数	年
所属クラブ		連絡先電話番号 (クラブ・自宅)		( )	
連絡先住所 (クラブ・自宅)	〒				

更新研修会受講修了証明書の発行を希望される方は、下記の事項についてご記入下さい。

(※記入事項は、正確に記入して下さい。なお、未記入事項がある場合は、証明書の発行ができませんのでご注意下さい。)

あなたの 生年月日	西暦 年 月 日 生 日				
資格名 (※取得している資格に○印を付けて 必要事項を記入下さい。)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 水泳教師</li> <li>・ 水泳( 級)インストラクター</li> <li>・ 水泳教員</li> <li>・ アクアフィットネス( 級)インストラクター</li> <li>・ アクアダンスインストラクター</li> <li>・ メディカルアクアフィットネスインストラクター</li> </ul>				
資格番号と 有効期限	水泳教師	水泳( 級) インストラクター	水泳教員		
	NO:	NO:	NO:		
	20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日		
	アクアフィットネス( 級) インストラクター	アクアダンス インストラクター	メディカルアクアフィットネス インストラクター		
	NO:	NO:	NO:		
	20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日		