

9月期「海の練習会」開催（変更）のお知らせ

2023年8月29日
一般社団法人神奈川県水泳連盟
OWS委員会 委員長 小沢浩一

下記の通り、9月期の「海の練習会」開催をします。「海の練習会」は日本選手権に向けての強化練習を目的として行います。

記

目的：国体に向けての強化練習

日本選手権に向けての強化練習・徳之島 OWS に向けての強化練習
海での泳ぎ方の習得

日時：9月期

2023年9月2日(土)・3日(日)・30日(土) AM5:45～7:15 鎌倉市腰越海岸

~~2023年9月24日(日) AM9:30～12:00 茅ヶ崎市ヘッドランドビーチ~~

~~計4回~~ 計3回

場所：鎌倉市腰越海岸 (9/2・3・30)

~~茅ヶ崎市ヘッドランドビーチ (9/24)~~

対象選手：国体選手及び国体候補選手、日本選手権 OWS 参加選手

人数：選手8名(程度)・コーチ1～2名

担当者：小沢浩一(腰越海岸担当)

~~添畑大海・小沢浩一(茅ヶ崎ヘッドランド担当)~~

保険代：1回 500円

練習内容：真っ直ぐ泳ぐ。

出来るだけ前を見ないで泳ぐ

小さいブイを目印にわかりづらい物をブイに見立てて泳ぐ。

問合せ先：090-3202-5922/ ozawa@loco-tsujido.jp (小沢まで)

参加希望者は小沢まで連絡ください。

以上