

2024年3月

4月期・5月期「海の練習会」(OWS国民スポーツ大会選手強化練習会)開催のお知らせ

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、4月期・5月期の「海の練習会」を開催します。目的をご理解の上、是非ご参加ください。

記

目的：国民スポーツ大会、OWS各大会（お茶OWS、オーシャンズカップ、館山OWS、日本選手権、インカレ、徳之島OWS）に向けた強化練習
海での泳ぎ方の習得

日時：4月期

4月20日（土）AM5：45～7：15 鎌倉市腰越海岸

4月21日（日）AM9：00～12：00 茅ヶ崎市ヘッドランドビーチ

5月期

5月18日（土）AM5：45～7：15 鎌倉市腰越海岸

5月19日（日）AM5：45～7：15 鎌倉市腰越海岸 計4回

場所：鎌倉市腰越海岸（4/20・5/18・19）

茅ヶ崎市ヘッドランドビーチ（4/21）

対象選手：国民スポーツ大会選手及び国民スポーツ大会候補選手、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)

参加費：1回500円(傷害保険料込み)

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)

是非、ご参加ください。お待ちしております。

以上