

4月期・5月期「海の練習会」(OWS 国民スポーツ大会候補選手強化練習会) 報告

2024年5月22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4月期・5月期の「海の練習会」開催をしました。下記のようにご報告いたします。

記

日時及び参加人数

4月期

4月20日(土) AM5:45~7:15 選手6名、コーチ2名

場所:鎌倉市腰越海岸

4月21日(日) AM9:00-12:00 選手4名、コーチ4名

場所: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 選手3名、コーチ2名

5月19日(日) AM5:45~7:15 選手5名、コーチ2名

場所:鎌倉市腰越海岸

計4回

対象選手:国スポ選手及び国スポ候補選手、日本選手権 OWS 参加選手

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。4月20日、21日は海水温 17.8°C。5月18日 17.8°C、19日 19.8°Cと今シーズンも昨シーズン同様は水温が思わしく上がらず、選手達も低い水温に苦勞をしていますが、ある程度、低体温の予防も含めて「海の練習会」を開催しています。6月は、1週目に「熱海お茶 OWS」、3週目に「オーシャンズカップ」と試合があるので、初レースの選手もいて練習に参加し宇暮れていました。今後のレースの結果が楽しみです。今後期待したいと思います。

以上