

ジュニア・ユース練習会 2018年5月13日(日)

A 内容 オーシャン練習

8:45	集 合	
9:00	開 式	
9:10	1 部 練 習	
~	Bコース	Cコース
10:20	スイム	ボード
10分間	休 憩	
10:30	2 部 練 習	
~	Bコース	Cコース
12:00	ボード	ボード
12:25	閉 式	
12:30	解 散	

※当日の参加者数により内容が変更する場合があります。

受 付

◇ 時 間 8時45分

◇ 場 所 湘南ひらつかビーチパーク (神奈川県平塚市)

※近隣の公共駐車場をご利用ください。

持ち物

各自海に入れる格好、水着、ウエットスーツ、ニッパーボード、パドルボード  
飲み物、各自必要な物

その他

- ・ ゴミは各自責任をもって持ち帰りください。
- ・ 貴重品は各自、各チームで管理し盗難には十分ご注意ください。
- ・ 会場に忘れ物をしないようご注意ください。1週間程度で処分いたしますので早めにご連絡ください。

B 内容 プール練習

14:50	集 合	
15:00	開 式・体 操	
15:20	1 部 練 習	
~	スイム&フィンスイム	
16:30		
10分間	休 憩	
16:40	2 部 練 習	
~	マネキンスイム	
17:50		
18:00	閉 式	
18:10	解 散	

※当日の参加者数により内容が変更する場合があります。

受 付

◇ 時 間 14時50分

◇ 場 所 カワサキスイミングクラブ 入口付近

住所：〒213-0031 神奈川県川崎市高津区宇奈根 607

持ち物

水着、ゴーグル、スイムキャップ、プルブイ、フィン (ゴムフィンと FRP)、  
シュノーケル、飲み物、各自必要な物

その他

- ・ ゴミは各自責任をもって持ち帰りください。
- ・ 貴重品は各自、各チームで管理し盗難には十分ご注意ください。
- ・ 会場に忘れ物をしないようご注意ください。1週間程度で処分いたしますので早めにご連絡ください。