



第5回日本泳法講習会のお知らせ

日ごろは、(一社)愛知水泳連盟の事業にご協力いただき厚く御礼申し上げます。

日本泳法委員会が発足し3年目に入り、第5回日本泳法講習会を下記の日程で開催いたします。日本泳法(古式泳法)は、スピードを競う競技とは異なり、「美しい技」「耐久力」が特徴で、現在13の流派がある中、本連盟は「小池流」を伝承しています。

初めて体験される方も大歓迎です。お友達をお誘いの上、お越しください。
今回の講習会には、高橋数隆小池流師範が来訪、ご指導があります。

記

日 時 2017年 11月19日(日) 13:00~15:00
 場 所 愛知県体育館 地下プール
 集合場所 愛知県体育館 地下プールサイド
 * PM12:45 より入場可 着がえてプールサイドへ
 参加料 一人 1000円 *当日、受付にてお支払いください
 定 員 40名 (定員になり次第締め切らせていただきます)
 対 象 小学4年生以上で、平泳ぎで25m以上泳げる健康な方
 申込方法 下記参加申込書に記入し、(一社)愛知水泳連盟事務局へFAXする
 ファックス 052-757-5056
 締め切り 2017年 11月14日(火)
 問合わせ先 (一社)愛知水泳連盟 日本泳法委員会 副委員長 神林俊江
 TEL 052-722-8878
 主 催 (一社)愛知水泳連盟 日本泳法委員会

----- キ リ ト リ セ ン -----

日本泳法講習会 参加申込書

フリガナ 参加者氏名		年齢 才
連絡先	自宅住所 〒 TEL	
緊急連絡先	氏名 TEL	

アンケート *当てはまる()にチェックしてください

- () 初めて日本泳法を体験する
 () 今までの講習会に参加した
 () 日本泳法の技術習得を目指している 資格保有名 ()
 上記のとおり申し込みます 2017年 月 日



小池流 日本泳法講習会



古式泳法を体験してみよう！



〈手 洒〉

両手の平を船の櫓（やぐら）のように、漢字の「八」を描くようにかく。肩、肘、手先の順に低くし、その場に留まるようにする。



〈立 游〉

平泳ぎのカエル足を交互に使う。場所を移動せず、足を自然に巻くように動作する。当流の立游は、カエル足の延長が特徴です。



〈かもめ〉

立ち泳ぎのなかの応用。ひざで胸部をかばい、漂流物から身を守る。後方に伸ばした腕で舵を取りながら足だけで進む。

日本泳法（古式泳法）は、現在13の流派があり、本連盟ではその中の「小池流」を伝承しております。

スピードを競う競技とは異なり、「美しい技」「耐久力」が特徴で、静の技量を研鑽すると思われれます。また、年齢・性別を問わず、無理なく楽しめるスポーツとして見直されています。多くの方に体験していただき、日本泳法の普及発展に努めて参りたいと思います。

11月19日（日）

愛知県体育館地下プール

13:00～15:00

参加料 1000円

*当日、小池流師範（高橋数隆氏）が来訪、ご指導があります

参加申し込みについての詳細は、愛知水泳連盟ホームページに掲載しています。小学4年生以上、平泳ぎ25m程泳げる方を対象とします。

主 催：（一社）愛知水泳連盟 日本泳法委員会

問合わせ先：上記 副委員長 神林俊江

TEL 052-722-8878 ファックス 052-757-5056