ワンポイントアドバイス

オアシス・プール

参加者募集中

6月 15 日（土）	6月 28 日（金）
高齢者・障がい者の時間帯	高齢者・障がい者の時間帯
10：00～12：00	10：00～12：00

申込方法：当日プールロビーで受け付けます

午前９時 45 分から受付開始

先着順で第１回目の５分前に申し込みを締め切ります。
先着順の為、時間のご希望に沿えないことがあります。

時　　間：１回１０分程度　（原則１回の指導で１名の指導となります）

時　間　割	
第１回	10:05　～　10:15
第２回	10:20　～　10:30
第３回	10:35　～　10:45
第４回	11:00　～　11:10
第５回	11:15　～　11:25
第６回	11:30　～　11:40

内　　容：泳法のチェック、水中運動のアドバイスなど

例えば
- クロールの息継ぎが上手くいかないのでアドバイスしてほしい。
- 平泳ぎの練習をしているが正しく泳げているかみてほしい。
- 水中運動をしているが正しくできているかみてほしい。

＜対応できない事例＞
- 泳ぎ方を一から教えてほしい→水泳教室へご参加ください
- 水中運動のやり方を教えてほしい→水中運動教室へご参加下さい

泳ぎ方を初めから教えてほしいなど時間を要する指導をご希望の方は、
各種教室に参加してください。

指 導 者：埼玉県障害者水泳協会　指導員　6/15 木本先生　6/28 羽生先生