

日曜日代々木強化練習

長水路練習！集中して練習しましょう。

競泳に必要なスキルを高めよう！

スプリント・耐乳酸・持久力などのトレーニングにフォームやターンの練習！

日時 5月4日(日) 11:30～13:30
7月20日(日) 11:30～13:30
9月21日(月) 11:30～13:30

場所 国立代々木競技場室内水泳場 〒150-0041 東京都渋谷区神南 2-1-1
50m 1レーン

※出来るだけ公共交通機関でご来場ください。車で来場する場合は有料駐車場をご利用ください

定員 8名

対象 中学生以上

参加費 一回(消費税込) 1,980円

申込方法 氏名、携帯、参加日を記入してメールでお申込下さい。

参加可否のメールが届きましたら、参加費のお振込みをお願いします。

メールアドレス t_s_shien@yahoo.co.jp

振込先 みずほ銀行 あざみ野支店 普通預金 8299779
トクティエリカット ウホジン タンイスポーツオアシス
特定非営利活動法人楽しいスポーツを支援する会

- ※ 集合時間は練習開始 20 分前です。
- ※ コインロッカー100円リターン式です
- ※ 入場は利用時間 10 分前からです。遅刻をしないように集まってください。遅れた場合は NPO の名前を言ってお入りください。
- ※ フィンを持っている方はお持ちください。パドルは使えません。

NPO 法人楽しいスポーツを支援する会

〒215-0015 川崎市麻生区虹ヶ丘 3-1-2-103

担当 白井 正視

TEL 090-4627-9263

メール t_s_shien@yahoo.co.jp

