

マスターズ練習会

1500m自由形

ペースつくりとフォームの安定

日時 2025年8月11日(月) 11:00~13:00

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 10名

参加費 一回(消費税込) 会員 1,980円 会員外 2,200円

参加費はお振込みでお願い致します。

※何かの都合で参加できない場合は返金致します。

内容 持久力を養成し、ペース配分を理解する練習をします。

メインスイム ①100×8-2' ②100×4-2'15" H ③100×3-1'50"

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。

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

トクティエイリカッド ウホウジン タノイスポーツオアシスカイ

特定非営利活動法人楽しいスポーツを支援する会

※ 水泳場内での見学は出来ません。

※ 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。

※ フィンは使用しません。

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

