

宇治市水泳学園

令和5年度

～実施要項～



使命！

進級テストをクリアーせよ

水泳の楽しさ、すばらしさを学び

泳ぐ力をのばそう！

場所：宇治市黄檗公園プール

期間：令和5年8月1日～10日（※土日・祝日を除く8日間）





令和5年度夏季講習



第62回宇治市水泳学園実施要項



【主催】宇治市水泳協会、(一財)宇治市スポーツ協会
【後援】宇治市

8 August 2023 (令和5年)						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30	31	①入園式 1日目	② 2日目	③ 3日目	④撮影 4日目	5 5日目 (休み)
6 (休み)	⑦ 6日目	⑧ 7日目	⑨ 8日目	⑩テスト 9日目	11 10日目	12 11日目
13	⑭予備 14日目	15 15日目	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

【期間】 令和5年8月1日(火) ~ 10日(木)
※土日・祝日は除く8日間 (※予備日14日(月))

【時間】 午前8時30分 ~ 9時30分 まで

【場所】 宇治市黄檗公園プール(25mプール・幼児用プール併用)
※JR黄檗駅または京阪黄檗駅より徒歩10分ほど

【対象】 小学校1年生 ~ 6年生までの健康な子ども

【定員】 120名

【受講料】 ¥7,000円 (プール入場料を含む)
※なお、初日以降の受講料の返却はできません

【指導員】 (公財)日本スポーツ協会公認スポーツ指導者
宇治市水泳協会指導員

【行事】 8月 1日(火):入園式
8月 4日(金):記念撮影 ※天候により順延することがあります
8月10日(木):進級テスト ※学園参加者全員に認定書をお渡しします



お問い合わせ先: (宇治市水泳協会) 佐藤 理恵

☎090-9694-4338 e-mail: ujiswimmingkyokai@gmail.com

《 クラスと泳力 》 ※初日に各泳力に応じたクラスを決めます

クラス	帽子の色	泳力	練習目標
初級	ピンク色	まったく泳げない人	バタ足 (※面つきバタ足5m以上とポビング)
7級	オレンジ色	面つきバタ足ができる人	クロール(腕回し7m以上)
6級	赤色	ノーブレ(息継ぎなし)クロールで10m以上泳げる人	クロール(息継ぎ12.5m)
5級	黄色	クロールで10m以上泳げる人	クロール(25m)
4級	水色	クロールで25m以上泳げる人	平泳ぎ(25m)
3級	紺色	クロール、平泳ぎで25m以上泳げる人	背泳ぎ(25m)
2級	緑色	クロール、平泳ぎ、背泳ぎで25m以上泳げる人	バタフライ(25m)
1級	白色	四泳法で各25m以上泳げる人	100m個人メドレー (※2分30秒以内)
1A級	黒色	四泳法で各50m以上泳げる人	200m個人メドレー (※5分以内)

《 連 絡 事 項 》

- ① 学園証は、8月1日入園初日に、子どもたち一人ひとりにお渡しします
※学園証には、紐を通して紛失しないように気をつけてください
- ② 毎日、**8時30分には水着に着替えてプールサイドに集合**してください
※お子様の身体にフィットしたシンプルな水着を推奨します（※スクール水着や競泳用水着など）
- ③ 持ち物には、名前を書いておいてください
※ただし、お貸しする水泳帽子（クラス別色）には名前は書かないでください
最終日、または、それまでには忘れずに水泳帽子の返却をお願いします
（なお、返却のない場合は、実費弁償していただきます）
- ④ 学園内の傷害については、軽微な保険に入っていますが、各自、日々の健康や事故には気をつけてください
※なお、**行き帰りの交通事故には保険は適用されません**ので十分に注意願います
- ⑤ 学園内での保護者の付き添いは必要ありません
※保護者の皆さまには、施設内（プールサイド以外）で自由に見学いただけます
- ⑥ 熱中症などに備えて水分補給できるように飲料水をお子様を持たせてください
※天候や運動量を考慮して、練習中にも水分補給の時間を取るよう指導しています

宇治市水泳学園

《 保 護 者 の 皆 様 へ 》

ご存知のように、水泳は非常に運動量の多い、かつ、身体全体を使うバランスのとれたすばらしいスポーツであり、また、水中での運動によって、持久力のある柔軟性に富むすばらしい筋肉が形成されます。しかし、このような激しいスポーツであるために、おのずと参加していただく子どもたちに**健康上の制限が必要**となります。

身体に障がい及び疾病のあるお子様は必ず医師と相談し、宇治市水泳協会または水泳学園スタッフへ報告の上、参加の可否を確認してください。
※受講中に疾病等が起きた場合は、応急手当はいたしますが、責任は負えません。

お子様の健康や怪我は、原則保護者管理でご参加ください！

また、入園された場合でも、日々のお子様の健康状態には十分注意をして、**少しでも健康に不安がある時は、無理をさせずに休ませてあげてください。**



この夏休みで、
たくさん泳げるように
いっしょにガンバロー！

【撮影上の注意】

- ・練習の妨げとなる場所での撮影は控えてください
- ・フラッシュは使用しないでください
- ・個人の使用目的以外の撮影は 禁止します

撮影機器の故障については一切責任を負いかねます
ので落下や水濡れには注意してください。

当協会にて、好ましくない用途に供するための撮影と
認められた場合は、撮影内容の消去を強制実行し撮影
許可を取り下げます。

撮影許可証

宇治市水泳協会は、個人使用目的に限り撮影を許可しています。
撮影した内容を公共の場所で放映/掲示およびインターネットへの投稿/掲載は個人肖像権の侵害となりますので禁止します。



Best Swimming!!

～水泳のすばらしさを貴方へ～



宇治市水泳協会は、

一般財団法人宇治市スポーツ協会加盟団体の一員として、大会や教室指導を通じて、宇治市民皆様の水泳&健康ライフを応援しています！

◇ 宇治市水泳協会 HomePage/Facebook/e-Mail ◇

http://www.uji-taikyou.jp/group/gp_suiei/gp_suiei_index.html

<https://www.facebook.com/ujiswimmingkyokai/>

