

ROAD TO 湘南 OWS

日本最大のオープンウォータースイミング大会である、湘南OWSの出場を目指し、一流の講師陣から安全かつ楽しくOWSを泳ぐためのノウハウを学ぶことのできるOWSのためのスイムクリニックが全4回のシリーズとして湘南OWS大会に向けて開催決定！北京五輪でのOWSの正式種目決定を受け、今後ますます盛り上がるOWSを体験してみませんか？



説明をしている野尻講師・中村講師

講師陣 (teachers)

- 木原珠子 メイン講師担当
(財)日本水泳連盟OWS委員
女子1500m自由形元日本記録保持者
第7回パンパシフィック選手権大会・OWS女子25km出場
- 野尻奈央子
(財)日本水泳連盟OWS委員
第9回世界水泳選手権大会・OWS女子5km出場
- 中村康英
(財)日本水泳連盟OWS委員
第9回世界水泳選手権大会・OWS男子25km出場 (コーチ兼ハンドラー)
- 杉澤毅志
(財)日本水泳連盟OWS委員会 アドバイザリースタッフ
第8回世界水泳選手権大会・OWS男子25km出場
第9回世界水泳選手権大会・OWS男子25km出場
- 疋田浩気

(財) 日本水泳連盟OWS委員会 アドバイザリースタッフ
第1回世界OWS選手権大会・男子5kmおよび25km出場
第9回世界水泳選手権大会・OWS男子25km出場
2004年JOCアテネ五輪トライアスロン強化指定選手

●山口智美

(財) 日本水泳連盟OWS委員会 アドバイザリースタッフ
2005年グアムココスクロッシング女子総合優勝
1999年全日本福岡国際OWS女子5km 3位

●山口綾乃

(財) 日本水泳連盟OWS委員会 アドバイザリースタッフ
OWSジャパンオープン館山・女子5km 3連覇(2002~2004年)
湘南オープンウォータースイミング2005・女子10km 優勝

クリニックメニュー (clinic menu)

- ① 6月11日(日) OWS教本を使用した座学講義&プールでのクリニック
OWSの知識を身につけ、OWSのための長距離向けのクロールの練習
- ② 6月25日(日) OWS教本を使用した座学講義&プールでのクリニック
OWSのための泳ぎとテクニックの習得。プールでのレースシュミレーション
- ③ 7月9日(日) 湘南の海での実践向け練習
海に慣れるための安全かつ楽しい練習
- ④ 7月30日(日) 湘南の海での実践向け練習
大会に向けたシュミレーションを兼ねた練習と見直し

開催場所および時間

●プール

神奈川県横浜市 綱島 ウォーターメイツ スイムクラブ横浜校
東急東横線「綱島駅」下車 徒歩7分

http://www2.ttcn.ne.jp/~watermates/ko_su/map.htm

6月11日(日) 16時~19時(受付開始15時30分)

6月25日(日) 14時~17時(受付開始13時30分)

●海

神奈川県鎌倉市 腰越海岸
江ノ島電鉄線「腰越駅」下車 徒歩5分

http://www.tvk.net/san_kosi.htm

7月9日(日) 10時~12時(受付開始9時30分)

7月30日(日) 10時~12時(受付開始9時30分)

参加資格

- OWSに興味のある方。

- OWS の大会に参加する予定の方。
- 定期的な練習を行っている高校生以上（15歳以上）の健康な男女。

参加費用および参加募集人数

- A コース 全4回 参加 22,000円（募集人数 20名）
- B コース 2回 参加 13,000円（プール1回、海1回）
 - B1コース 6月11日と7月9日参加 募集人数 20名
 - B2コース 6月25と7月30日参加 募集人数 20名

日本水泳連盟の OWS テキスト代込み
クリニック予定 プール 座学・水泳実習
海 水泳実習

※最少催行人数

6月5日時点で、各日で一日の参加者が20名以下の場合は
催行を中止いたします。

参加申込方法

以下の事項を漏れなく、日本水泳連盟OWS委員会ホームページに別添の参加申込書に記載の上、下記のメールアドレスまで送付してお申し込み下さい

申込先メールアドレス：ows@mbp.nifty.com

- ① 氏名：
- ② フリガナ：
- ③ 性別：
- ④ 年齢： 才
- ⑤ 電話番号：
- ⑥ 〒：
- ⑦ 住所：
- ⑧ メールアドレス
- ⑨ 参加希望：Aコース or B1コース or B2コース
- ⑩ 連続してクロールで泳げる距離： メートル
- ⑪ 連続してクロールで泳ぐときの100Mの平均ラップタイム： 分 秒
- ⑫ OWS 大会経験の回数
- ⑬ 2005年度 スイムクリニック参加回数：
- ⑭ その他 連絡事項等：

【後援】

ミズノ株式会社