

オープンウォータースイミング (OWS) クリニック・検定 2012年度予定

(公財)日本水泳連盟OWSクリニックおよび検定の開催一覧です。

海・川・湖などで泳ぐOWSでは、プールとは異なるOWS特有の技術・知識が不可欠です。

初心者のみならず中級者・上級者の方もご気軽にご参加ください。

1. クリニック・検定の概略

(1) クリニックコース

OWSでは、プールとは異なるOWS特有の技術・知識が不可欠です。クリニックでは、OWS特有の技術・知識を身に付ける講習会・練習会を開催します。目的に合わせてコースをお選びください。複数コースの受講も可能です。

- ① 初心者用コース: 初めてOWSの大会に参加してみたい方のためのスイムクリニック
- ② 中・上級者用コース: OWS大会に向けて実践的なスイムテクニックなどを講習・練習するスイムクリニック
- ③ 東京・マラソンスイミング対策コース: 9/30の東京・マラソンスイミングに向けての連続したスイムクリニック。単発での参加も可能。
- ④ レース直前対策コース: OWSレース直前の実践的なテクニック・知識を確認するスイムクリニック

※座学テキスト: 座学では下記教本を使用します。事前のご購入をお勧めします。

「オープンウォータースイミング教本」(公財)日本水泳連盟 編 / 大修館書店

(2) 検定

OWS検定では、OWS特有の技術の習熟度を認定します。OWS技術のレベルに合わせて1～5級を認定し、合格者には認定証および認定カード(5級は認定証のみ)を授与します。

- ① 海検定(集団泳): 海で集団泳を実施し、完泳者は5級と認定します。
- ② プール検定: プールでレベルに合わせて1～5級を検定します。



2. クリニック・検定のスケジュール

2012年度 OWSクリニック・検定スケジュール

関東

月	日	曜日	場所	クリニック				検定	
				初心者向け	中・上級者向け	レース直前対策	東京・マラソンスイミング対策(初心者向け、中・上級者向け)	海(集団泳)	プール
5	19	土	藤沢市 秋葉台公園プール	○座学あり※					
			東京辰巳国際水泳場				○		
6	2	土	東京辰巳国際水泳場				○		
			東京辰巳国際水泳場				○		
	16	土	千葉県国際総合水泳場		○				
			神奈川県逗子市逗子海岸	○	○			○5級	
7	7	土	神奈川県逗子市逗子海岸	○※	○※			○5級	
			千葉県館山市北条海岸			○		○5級	
8	19	日	東京辰巳国際水泳場				○		
			神奈川県逗子市逗子海岸			○		○5級◆	
			神奈川県藤沢市片瀬東浜					○5級◆	
9	2	日	神奈川県鶴沼海岸				○海※		
10	13	土	千葉県国際総合水泳場						○検定用クリニック
			横浜市 慶應義塾協生館プール						○1-5級 & 指導員講習

関西

月	日	曜日	場所	クリニック				検定	
				初心者向け	中・上級者向け	レース直前対策	その他	海(集団泳)	プール
6	3	日	東大阪市 近畿大学	○座学あり※	○※				○3-5級
7	1	日	兵庫県明石市須磨海岸	○※	○※			○5級	
			兵庫県明石市須磨海岸	○※	○※			○5級	
8	25	土	兵庫県姫路市家島					○5級◆	
9	23	日	岡山県玉野市渋川海岸					○5級◆	
12	9	日	岡山県						○1-5級

その他

月	日	曜日	場所	クリニック				検定	
				初心者向け	中・上級者向け	レース直前対策	その他	海(集団泳)	プール
10	28	日	沖縄県豊見城市 豊崎美らSUNビーチ					○5級◆	

※黄色講習は公認OWS指導員取得の指導実習対象
◆緑色検定は認定OWS大会における集団泳

3. 申込方法ほか

(1)下記URLより申込みください。

<http://venus.sportsentry.ne.jp/event.php?tid=30276>

(2)時間・集合場所・料金等の詳細は、申込み時に確認ください。

(3)日程・場所・内容は変更の可能性がありますので、ご了承ください。

4. 参加資格 ほか

- ・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。
- ・プールで連続して400メートル以上泳げること。
- ・募集人数 各回30名。
- ・問い合わせ ows@mbp.nifty.com (各会場へのお問い合わせはお断りいたします。)

テキストを基にした座学



レースを想定した講習



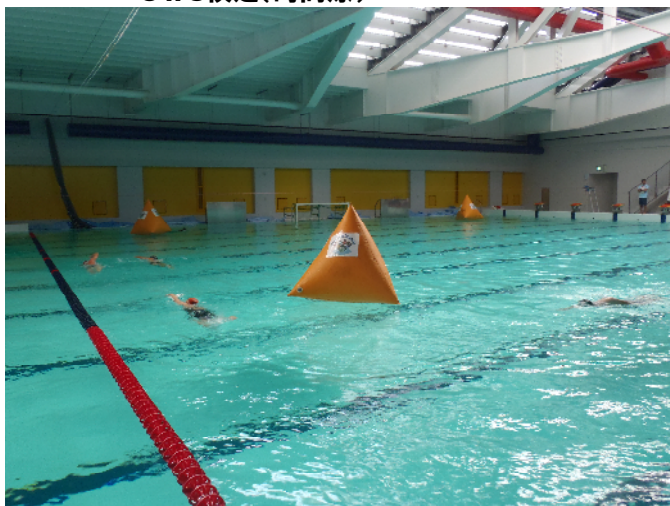
海での実技講習(サバイバル技術)



OWS検定 5級(集団泳)



OWS検定(時間泳)



OWS検定(立泳)

