

## 2021-22 1 toSWIM 選手コース冬休の強化練習のご案内

目的 今年の泳ぎ納め、新年の初泳ぎとなる冬休みに、しっかり泳ぎ込んで泳力アップ、集中力アップを目指す。新年、春の大会の準備として、心身共に強化する

「今年も冬休みは、春に一気にトップ選手に駆け上がれるよう地盤作りを行います。色々な内容で強化練習を行い、寒さやコロナに負けない心身を鍛え、集中力を高めます。出来るだけ沢山参加して下さい。

日 時

- ①12月19日(日)14:30~17:00 休館日練習
- ②12月24日(金)12:00~13:45 通常練習あり
- ③12月25日(土)17:00~19:00 通常練習あり **クリスマスミニイベント**
- 12月26日(日)Off
- ④12月27日(月)12:00~13:45 通常練習あり
- ⑤12月28日(火)12:00~13:45 通常練習あり
- ⑥12月29日(水)9:00~12:00 休館日練習 泳ぎ納め
- 令和4年
- ⑦1月5日(水)15:00~17:00 休館日練習 泳ぎ初め
- ⑧1月6日(木)14:00~18:00 休館日練習
- ⑨1月7日(金)17:00~19:00 休館日練習
- ⑩1月8日(土)14:00~18:00 休館日練習
- ⑪1月10日(祝)12:00~13:45 通常練習あり

(練習時間は変更になる場合があります)

(休館日を利用しての練習は参加者5名以下の場合には中止となる場合があります)

参加資格 1 toSWIM 選手コース在籍で練習を頑張る決意のある者

参加費 1回につき **1,100円** (上限9,900円(税込み)但し12月22日(水)までに申込)

持ち物 普段の練習道具・水筒・少量のおやつ(キャンディ等)もぐもぐタイム用  
加えて、鉛筆(柔らかい芯の物、シャープペンシル不可) 3回以上ユポ紙プレゼント



\_\_\_\_様 \_\_\_\_\_円 令和3年12月 \_\_\_\_日  
冬の強化練習参加費( \_\_\_\_回分)として領収いたしました 1 toSWIM スイミングスクール

申込の際はお釣りの無いように準備して下さい

受付 \_\_\_\_\_

----- キリトリ -----

### 2020-21 1 toSWIM 選手コース冬休の強化練習申込書

会員No \_\_\_\_\_ 生年月日 \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_月 \_\_\_\_日 年令 \_\_\_\_才 \_\_\_\_男・女

氏名 \_\_\_\_\_ 保護者署名 \_\_\_\_\_ 連絡先 \_\_\_\_\_

表題の練習会に参加することを承認します

参加希望 日程

- ①12月19日(日)14:30~17:00 ( ) ②12月24日(金)12:00~13:45 ( )
- ③12月25日(土)17:00~19:00 ( ) 12月26日(日)Off (■)
- ④12月27日(月)12:00~13:45 ( ) ⑤12月28日(火)12:00~13:45 ( )
- ⑥12月29日(水)9:00~12:00 ( )
- ⑦1月5日(水)15:00~17:00 ( ) ⑧1月6日(木)14:00~18:00 ( )
- ⑨1月7日(金)17:00~19:00 ( ) ⑩1月8日(土)14:00~18:00 ( )
- ⑪1月10日(祝)12:00~13:45 ( )

1,100円× \_\_\_\_回 参加費 \_\_\_\_\_円 受付 \_\_\_\_\_