

令和8年度

スタート練習会

競泳スタート練習会をおこないます
たくさん練習すれば、苦手な方も必ず上手になります

★ 開催日時 ★

第1回	7月18日(土)	12:35~13:55	第6回	8月2日(日)	11:05~12:25
第2回	7月19日(日)	11:05~12:25	第7回	8月15日(土)	13:35~14:55
第3回	7月20日(月)	13:35~14:55	第8回	8月16日(日)	13:05~14:25
第4回	7月26日(日)	10:35~11:55	第9回	8月29日(土)	11:05~12:25
第5回	8月1日(土)	13:05~14:25	第10回	9月12日(土)	10:35~11:55

※各回5分前から説明・諸注意あり

★ 内容 ★ 競泳(飛び込み)のスタート練習を行います
※背泳ぎのスタート練習も可能です

★ 参加方法 ★ **事前の申込みは不要です**
開催時間内に集合場所にお越しください
※途中入場・途中退場可能
※練習会前後の遊泳可能、ただし飛び込みは禁止



★ 参加料 ★ 利用料金のみ
高校生以上 650円、小中学生 300円
※小中学生は許可帽子(事前申請)が必要です

★ 参加資格 ★ 100m以上泳げる小中学生 **飛び込みスタート経験のある方**
50m以上泳げる高校生以上

★ 担当 ★ PSCスタッフ・水泳指導員

★ その他 ★ スタート練習会の事故につきましては、応急手当はいたしますが、
当スポーツセンターは一切責任は負いません



○5段階可変式バックプレート・バックストロークレッシュ設置済

神戸市立ポートアイランドスポーツセンター



〒650-0046 神戸市中央区港島中町6丁目12-1

☎(078)302-1031

ポートライナー「市民広場」駅下車すぐ

<https://www.kobe-psc.jp/psc/>