

ニチレイチャレンジ特別泳力検定会についてのお知らせ

*

1、 受付 玄関ロビー

午前の部 am8:30

午後の部 pm1:30

*受付が終了しましたら水着に着替えてプールサイドへお集まりください。
着替えは更衣室をご利用ください。

2、 ウォーミングアップ

午前の部 am8:50 (プールサイド集合⇒体操⇒アップ)

午後の部 pm1:50 (プールサイド集合⇒体操⇒アップ)

*プログラムの組み順レーン順にウォーミングアップを行います。

競技役員の指示に従って行動してください。

練習回数は 25m を一方通行で 4 本程度泳ぎます。

3、 開始式

午前の部 am9:15 (プールサイドに整列してください。)

午後の部 pm2:15 (プールサイドに整列してください。)

4、 検定開始

午前の部 am9:35 終了予定 am10:05

(午前の部参加者は招集所へお集まりください。)

午後の部 pm2:35 終了予定 pm4:10

(午後の部参加者は自分の競技開始 15 分前には招集所へお集まりください。)

5、 認定証受け渡し場所

着替えて合否の判定を確認して頂き、玄関ロビーにて認定証をお渡し致します。また、残念ながら不合格になられた方は認定料 700 円を返金致します。

6、 貴重品について

各自で責任をもって管理してください。盗難についても一切の責任は負いません。

7、 当日の欠席について

事務局担当小林までお電話ください。TEL 090-9740-9845

(開成山プールへは電話連絡をしないでください。)

8、 スタート

飛び込み台を使用できるのは選手登録をしている受講者に限ります。
一般の方はスタート台の下の部分か、水の中からのスタートでお願い致します。

9、 水泳教室

am10:40 より水泳教室を開催いたします。

am10:20 には受付を済ませてプールサイドへお集まりください。

(午前の部に参加された方も再度受付をお願いいたします。)

(水泳教室から参加の方も受付をお願いいたします。)

ご不明な点は小林までお問い合わせください。

小林毅 090-9740-9845