

《 スポーツは 平和とともに 》

東京海の教室

集団遠泳で楽しく泳ごう！

主催：新日本スポーツ連盟 東京水泳協議会

夏の海が呼んでいます。

日本固有の伝統文化“集団遠泳”を継承してきた
新日本スポーツ連盟の企画です。

新型コロナ感染拡大の影響もあり開催を見送っていましたが、制限付ではありますが、3年ぶりに開催いたします。

海のやさしさ楽しさを、指導員と共に満喫しましょう。



日 時 2022年7月29日（金）～ 7月31日（日）2泊3日
受付 7月29日 12時 現地「民宿かやま」にて
解散 7月31日 13時30分ころ現地解散予定（遅れる場合もあります。
お帰りの切符などは余裕をもってお求めください）

場 所 千葉県・館山、北条海岸
宿舎：民宿かやま・北浜 千葉県館山市北条 2645 でんわ 0470-22-3282

参加費 ◎2泊6食、傷害保険料を含む。
一般参加 おとな（中学生以上）35,000円
新日本スポーツ連盟加盟員
おとな（中学生以上）33,000円

参加対象 泳ぐことに支障のない中学生以上の方 1時間以上の遠泳を経験された方
今回は遠泳班のみです。

締切日 7月3日（日）必着

募集人数 20名（定員になり次第締め切ります）

申込方法 申込書は1名につき1枚ご記入の上、申込み金1名10,000円（締め切り後の取消しはキャンセル料とする）の振替納入コピーを添えて下記へ送付してください。残金は、当日受付時に納入ください。

*主催者都合以外の事由で中止の場合は、返金致しません。

申込み先 〒114-0014 北区田端1-24-22 山柿ビル3F
新日本スポーツ連盟 東京水泳協議会 海の教室係
電話 03-5834-8721（平日 10時～17時） Fax 03-5834-8723
E-mail swim@t-njsf.net
郵便振替口座 00150-0-159253
新日本スポーツ連盟 東京水泳協議会

☆申込み者には「参加のしおり」と領収書を7月25日（月）頃までにお送りします。

練習班 今回は遠泳班のみです。条件をご了承の上お申し込みください。

遠泳班 北条海岸コース（現地の条件によりコース変更の場合有）

1 時間以上の遠泳経験者

立泳ぎ 1 分

平泳ぎで 400m 15 分以内

クロール 100m 2 分 30 秒以内

キリトリ線

東京海の教室（7月29日～7月31日）・申込書 2022年 月 日

申込み金 10,000 円の振替納入コピーを添えてください。

必要な個所に記入、○で囲み、申し込んでください。

氏名	ふりがな	男 女	・中学 ・高校 _____年生
住所	〒 電話（自）_____（携帯）_____ メールアドレス_____	生年月日 年 月 日 歳	
参加時の緊急連絡先：氏名_____ 続柄_____ 電話_____（携帯）_____ メールアドレス_____			
・日常	泳いでいる	泳いでいない	1 人参加 家族参加 _____名 グループ参加 _____名
遠泳班	クロール _____m 平泳ぎ _____m 背泳ぎ _____m バタフライ _____m 横泳ぎ _____m 立ち泳ぎ _____分 遠泳経験 _____km 又は時間 （遠泳元気班参加は平泳ぎ 400m を 15 分以内、 クロール 100m を 2 分 30 秒以内で泳げることが条件です） 400m 平泳ぎ 約 _____分 100m クロール 約 _____分 _____秒 ＊遠泳希望者は必ず記入のこと。集団遠泳成功に必要です。		