

令和7年度 第1回選手強化・普及練習会

兼 2025年度（一社）日本パラ水泳連盟 普及合宿（南地区）

開催要項

- 目的** 九州内の登録選手における競技力向上及びパラ水泳の普及をめざす。
また、所属指導者や保護者および九州エリアの公認指導者が参加することにより、よりパラ水泳の知識等を取得していただき、選手に応じた技術向上をめざす。
- 主催** 九州障がい者水泳連盟（以下「KPSF」という）
- 日時・内容** 令和7年5月10日（土）～11日（日） スケジュール別途記載
- 場所** セミコンスポーツプラザ 宮崎県児湯郡新富町上富田 4700-2
ラグゼーツ葉／コテージヒムカ 宮崎県宮崎市山崎町浜山
- 対象者** 選手・コーチ保護者等：令和7年度 KPSF 登録者（身体・知的）
および、（一社）日本パラ水泳連盟（以下、「JPSF」という）登録選手、
地域担当理事より推薦があり KPSF が承認した者
指導者：JPSF 公認パラ水泳指導員（令和7年度資格有効者）または、
令和7年度の初級（Step1 & 2）を取得希望する者
- 定員** 20名程度とする。
参加者が想定より多く上回る場合は、KPSF 登録選手を優先する。
- 講師** ・九州障がい者水泳連盟 役員
JPSF 公認技術委員（テクニカル、メディカル、指導員）
・味の素株式会社 「勝ち飯®」食とアミノ酸コンディショニング講習会担当
・宮崎大学医科学附属病院 医師 比嘉 聖 氏、理学療法士 宮崎 茂明 氏
- 費用** K S F D登録選手： 20,000円 その他選手：25,000円
コーチ、保護者等： 16,000円
JPSF 公認指導員等： 13,000円
いずれも、宿泊料、食事代、施設使用料、保険料込み。
※選手のみ参加の場合は、3人～5名程度の相部屋となります。
- 申込み先
問合先** 申込書の必要事項を記入し、メールまたはFAXにて下記宛先へお申し込み下さい。
また、参加費等は締め切りまでにお振込ください。
受付期間：令和7年4月7日（月）～21日（月）
九州障がい者水泳連盟事務局 担当：平川
E-mail: camp@kyusyuparaswim.com ※アドレスが昨年と異なります
FAX：097-576-8216

～振込先～

西日本シティ銀行 高宮支店（店番号209）

普通口座 3008588

口座名称 九州障がい者水泳連盟

※振込手数料は各自でご負担願います。

申込後のキャンセル、当日欠席については、参加料の返還は致しません。

10. 免責事項 練習中の疾病、事故については、応急処置のみとする。健康・安全については各自責任を持つこと。なお、レクリエーション保険（補償額：通院 3,000 円、入院 5,000 円、死亡・後遺障害 500 万円）に加入しておきますが、通院等の報告は事務局へ連絡の上、必要書類を受け取り、保険請求について各自で申請をお願いします。

11. その他

- ・集合は、ラグゼーツ葉／コテージヒムカのコテージ棟となります。
スタッフの打ち合わせが終わり次第、受付開始となります。
- ・1日目の昼食（お弁当）は、食物アレルギーに配慮されたお弁当の準備はできません。必要に応じて各自追加でご準備ください。
- ・選手の担当コーチ・介助者・保護者等も参加申込みいただくと、一緒に講義など受講できます。
1日目の水トレはスクール会員さんがいらっしゃいますのでプールサイドの入場は制限させていただきますが、練習メニューや内容のご質問は夕食の際にでも講師へお尋ねください。
申込されない帯同者は、入館・入室（見学含）をお断りします。
- ・昨年度より、JPSF 公認指導者のスキルアップおよび地域での取り組み強化のため参加枠を設けました。ボランティア（無報酬、交通費等も実費）としての参加となりますが、実務を積み、ステップアップしていった際には、連盟主催の練習会等で中心的な活躍が出来るようにご協力をお願いいたします。
- ・各感染対策について各自で努めるようお願いいたします。
また、練習会場や宿泊施設の感染対策指針には従うようお願いいたします。
- ・欠席時の宿泊代について。ホテルのキャンセル料は、自己負担いただきます。（前日 50%、当日 100%）キャンセル料と振込手数料を除いた金額を、指定口座へ後日返金致します。
- ・ホテルの部屋割りは、選手と一緒に申し込まれたコーチ、介助者、保護者等は、選手と同じ部屋となります。選手のみで申し込まれた方は、選手同士の相部屋となります。シングル利用を希望する方は、別途料金（5,500 円追加）で対応できるようにいたします。また、前泊を希望される方は、1泊朝食付き 8,000 円／人でご案内いたします。それぞれ希望の方は、申込用紙に記入の上、お支払いをお願いします。
- ・指導者枠で申し込まれる方は、他指導者との相部屋もしくは参加者の状況を見て選手と相部屋になる可能性もありますので予めご了承ください。
- ・特別な事情があり、全日程参加できない方は、申し込み前に事務局へお問い合わせください。

スケジュール (予定)

時間帯	活動	内容	会場	講師・主担当
5月10日(土) 第1日目				
9:30	指導員集合	連盟スタッフ・JPSF 公認指導者 打合せ	コテージ1F Hitotsuba	川越 美希氏 JPSF 技術委員
9:45	選手受付			事務局
9:55	オリエンテーション	予定確認・講師紹介		事務局
10:00 11:00	ドライトレニング		コテージ1F Hitotsuba	横幕 理恵子氏 JPSF 技術委員
11:00	昼食 移動	部屋で食事可 11:45に閉めます。 移動時間は約20分です。(各自移動)		
12:30 14:30	水トレ①	12:20 駐車場集合 基本姿勢・ドリル練習	セミヨ SP	川越 美希氏 JPSF 技術委員
	移動 チェックイン	移動時間は約20分です。(各自移動) ラグゼーションにてチェックイン		
15:30	ミーティング	練習の振り返り、諸連絡		水トレ担当・事務局
15:50 16:50	講義①	「からだを知って、強くなる！ アスリート健康講座」	コテージ1F Horizon	比嘉 聖氏 スポーツ・トレーナー
17:00 18:00	講義②	「勝ち飯®」 食とアミノ酸コンディショニング		味の素株式会社
18:30	夕食	「勝ち飯®」	コテージ1F	
19:30	連絡事項		Wave	事務局
20:00	選手解散	入浴・就寝準備等		
	指導者ミーティング	振り返り・翌日の指導に向けて 質疑応答		川越 美希氏 JPSF 技術委員
22:00	消灯			
5月11日(日) 第2日目				
	起床			
7:00	朝食		Wave	
8:00	チェックアウト 移動	各自でチェックアウト、移動		
8:40	入館開始		セミヨ SP	
8:45 9:35	ドライ トレーニング	水泳競技につながる、 ストレッチと体幹トレーニング	2F スタジオ	宮崎 茂明氏 スポーツ・トレーナー
9:45 12:30	水トレ②	種目別グループ指導・スピード練習 スタート・記録測定	1F プール	川越 美希氏 JPSF 技術委員
12:45 13:00	閉会 解散		駐車場	

※内容・時間については変更になることがあります。

※水トレ① 4レーンで実施、水トレ② 6レーンで実施

※下記練習道具は各自で持参してください。

- ・ビート板
- ・プルブイ
- ・ドライトレニング用ストレッチマット