

# スイムトレーニングサマーキャンプ IN 諫早

多彩な講師陣による、スイム指導からトレーニングがメインのキャンプです

主催：諫早市トライアスロン協会

レベルは問いません。どなたでも参加できます。

対象：泳ぎが上手になりたい方、海で速く泳げるようになりたい方。

日時：平成 25 年 8 月 17 日(土) ~18 日(日)1泊 2 日 (日帰り参加可。一日参加可)

参加費：16000 円 (指導料、宿泊一泊四食、施設利用料、傷害保険料を含む)

参加申し込み期限：8 月 12 日 (月)

年齢・性別問いません

主なメニュー：ヨガ、プールスイム、海スイム、海テクニック習得、陸上スイムトレーニング 他

集合：諫早市大地記念プールに 9 時集合 (ウエットスーツ持参でお願いします)

## 武友 寛

プロトライアスリート  
トレーニング指導 PACOT 代表  
ダイエット教室や  
高齢者の運動指導が好評  
元日本代表選手  
福岡県トライアスロン連合  
強化委員長

## スタッフ紹介



## 大塚 貴文

KENTOSUSPORTS 代表取締役  
フィットネスクラブインストラクター。  
ヨガをはじめ、  
カラダの使い方を専門に指導。

## 東 夏海

バラモンキング女子総合優勝  
国体長崎県代表選手  
通常業務の水泳指導に定評あり  
速くなるにはコツをつかむことです

## 池形 成信

プロトライアスリート  
学術的な裏付けによる指導を行っている。  
カラダの使い方をお伝えしたいです！



トレーニングはもちろんのこと、オープンウォータースイミングのテクニック習得、  
カラダの使い方の習得等を目指します。

お申込み先：854-0037 諫早市川内町 54 番地 諫早市トライアスロン協会 池形まで

お振込み先：十八銀行 諫早支店 普通 1046376 諫早市トライアスロン協会 古賀まで

お問い合わせ：ikegata\_viking@yahoo.co.jp 090-1879-5819 池形