

2026年度 パラ水泳ジュニアトレーニングキャンプ(南エリア)

南エリアキャンプ実施要項

主催 一般社団法人日本パラ水泳連盟
主管 九州障がい者水泳連盟

1.目的

パラ水泳競技は、幼少期から障がいの特性に合った指導を実行するのが望ましい。しかし、地域によっては指導者の不足等により、選手が居住地で十分な指導を受けることができる状況にはない。

このため、今年度も公益財団法人ゴールドウィン西田東作スポーツ振興記念財団の助成を受けて、パラ水泳の普及・啓発とジュニア選手を対象にしたジュニアトレーニングキャンプ発掘を実施する。

エリアキャンプとして、東、西、南の3つのエリアで1泊2日のキャンプを各1回と、各エリアの選手全員を一同に集めた中央キャンプを1泊2日の日程で実施する。

2.日程 2026年4月25日(土)9時～4月26日(日)12時まで

地域	開催日	時間	施設名	スタッフ	参加選手
南エリア	4月25日 ～4月26日	9時～ 翌12時	パーソルアクア パーク宮崎	4～5名	10～20名

3.内容

キャンプでは、連盟のガイドラインに従い、各エリアとも共通のメニューと教材を使用し、主に体幹トレーニング及び泳力向上のためのトレーニングを実践する。

トレーニングと併せて、タイム計測も合わせて行う。

<1日目>……………9：15～18：00	<2日目>……………9：10～12：00
・オリエンテーション 15分	・スイム練習 90分
・ドライトレーニング 60分	・ミーティング 60分
・スイム練習 240分	詳細の内容は、別紙参照
・ミーティング 30分	

4.参加費

- ・参加費 無料
- ・交通費 会場までの交通費は参加者負担とする

5.参加資格

身体障がい者手帳（肢体不自由または視覚障がいの方）をお持ちの方で、小学1年生以上の方

5.申込み

4月13日(月)までに申込書に必要事項を記入の上、下記事務局へメールまたはFAX・郵送してください。

九州障がい者水泳連盟 事務局(担当：平川)

〒870-1123 大分市大字寒田871番地の1 弘貴建設工業ビル203(株)Glory.2015内

FAX:097-576-8216 E-mail:camp@kyusyuparaswim.com

6.連絡事項

- ・ キャンプ中の保険は主催者にて一括加入します。
- ・ キャンプ中の疾病、けがについては応急処置のみ対応します。
- ・ 感染対策は各自で実施し、参加者同士が安心して活動できるように協力をお願いします。
- ・ 練習に必要な用具(ストレッチマット等)や飲料等は各自で準備してください。
- ・ 昼食は各自でご準備ください。
- ・ 未成年の選手は参加にあたり保護者の参加同意書欄にご記入ください。

2026年度 南エリアキャンプ スケジュール

4月25日(土) 9:15~18:00		
9:15	受付・開講式	場所：会議室
10:00	水中練習①(準備体操含)	場所：25mプール 3レーン使用 ・各自飲み物持参 ・保護者等の見学場所は2F スタンド
12:00	着替え 昼食	(飲食は1F 会議室にて)
13:30	ドライトレニング	場所：会議室 ・各自ストレッチマット持参
14:30	着替え	
15:00	水中練習②	場所：25mプール 3レーン使用 ・各自飲み物持参 ・保護者等の見学場所は2F スタンド
17:00	着替え	
17:30	事務連絡等 ・競技会へ参加する手続き等 ・その他連絡事項	場所：会議室
18:00	1日目終了	
4月26日(日) 9:10~12:00		
9:10	受付 1日目の振り返り	場所：会議室
9:30	水トレ③(準備体操含)	場所：25mプール 3レーン使用 ・各自飲み物持参 ・保護者等の見学場所は2F スタンド
11:00	着替え	
11:20	キャンプの振り返り 閉講式	場所：会議室
12:00	解散	

＝この事業は、下記の財団の助成を受けております＝