

# 西浜ジュニアユース強化プログラム 募集要項

2025/3/2(土)



## 1. プログラム概要

### ライフセービングスポーツを通して “挑戦・成長・還元の好循環”を体得する

- ライフセービングスポーツを高いレベルで取り組みたい子供達に向けて、トップ選手のトレーニングの考え方や技術の習得を目的とした、**プールでの特別プログラム**です。
- オーシャン・プール問わず全日本選手権や世界選手権での活躍を目指す小学6年生～高校生を対象とします。西浜SLSCクラブ員以外の申し込みも可能です。

## 2. プログラム目的

- ライフセービングスポーツを通して”挑戦と成長”の楽しさを知り、自己実現を図れるようになる
- 挑戦できる環境に感謝の気持ちを持ち、表現し、他者の笑顔に貢献する
- 他者との関わり合いを通じて、応援し、応援されるパーソナリティを身につける

## 3. 担当インストラクター



関口瑠唯（水・土日）  
ライフセービング日本代表（2023年）



上野凌（土日）  
ライフセービング日本代表（2015年~2024年）



前田康輔（水・土日）  
プロスイムコーチ、競泳マスターズ世界記録保持者



名須川紗綾（水・土日）  
ライフセービング日本代表（2012年~2024年）、茅ヶ崎SLSC

#### 4. 募集対象・定員

- 将来的な全日本選手権での上位入賞及びライフセービング世界選手権出場を目指す  
**小学6年生～中学・高校生**（6年生以下も受け入れることがある）
- 年間を通しての参加意思があること
- 定員人数は20名(目安)※先着順(上限を超えた後のお申し込みの場合個別にご連絡いたします)
- 最低催行人数は8名
- 練習のレベル感をイメージしやすくするため、参考タイムを設ける  
（あくまで参考であり、切れていなくても参加は可能）

#### 5. 開催日時・場所

- 週2回/月7～8回程度
  - 水曜日18:45～20:30 @ LOCO辻堂（藤沢市辻堂新町1-15-4）
  - 土日いずれか @神奈川県立スポーツセンター（藤沢市善行7-1-2）またはLOCO辻堂
- ※時間と場所は変更になる可能性があります  
※毎月中旬に、翌月分の日程を共有します  
<4月日程>

日付	曜日	時間	場所
4/5	土	18:00-19:00	オンライン※
4/6	日	14:00-16:00	LOCO辻堂
4/9	水	18:45-20:30	LOCO辻堂
4/13	日	15:00-17:00	神奈川県立スポーツセンター
4/16	水	18:45-20:30	LOCO辻堂
4/20	日	14:00-16:00	LOCO辻堂
4/23	水	18:45-20:30	LOCO辻堂
4/27	日	14:00-16:00	LOCO辻堂
4/30	水	18:45-20:30	LOCO辻堂

※4/5のみ参加者・保護者向けにオンライン説明会を行います。  
詳細は申込後にご連絡いたします

#### 6. 参加費

- 月会費
  - 西浜SLSC会員 : 15,000円
  - 西浜SLSC特活併用者 : 9,500円
  - 西浜SLSC会員以外 : 17,500円※NPO保険適用外  
※練習回数等の変更による金額の変更はございません。
- 支払い方法
  - 西浜SLSC会員員 : 引き落とし
  - 西浜SLSC会員以外 : 毎月振り込み（振込先は申し込み後ご案内）

#### 7. 申し込み

- 受付期間 : 2025年3月2日～3月20日
- 申し込み方法 : 以下Formsに情報を入力  
[https://docs.google.com/forms/d/1nzyd87vvJ0LbfsO6S34JDZc4IU\\_-CNsFoGd0g3LEqjU/edit](https://docs.google.com/forms/d/1nzyd87vvJ0LbfsO6S34JDZc4IU_-CNsFoGd0g3LEqjU/edit)  
※[nishihamakyoka@gmail.com](mailto:nishihamakyoka@gmail.com)からご連絡いたしますので、受信可能にしておいてください。  
その後のご連絡はLINEグループにて調整させていただきます。

#### 8. 問い合わせ先

担当 : 西浜SLSC関口 [nishihamakyoka@gmail.com](mailto:nishihamakyoka@gmail.com)  
件名 : 西浜ジュニアユース強化プログラムについて

## 別紙

### <参考タイム>

#### 小学6年生

	男子	女子
50M自由形	34秒00	35秒00
100M自由形	1分10秒00	1分12秒00

#### 中学生

	男子	女子
50M自由形	32秒00	34秒00
100M自由形	1分08秒00	1分10秒00

#### 高校生

	男子	女子
50M自由形	30秒00	32秒00
100M自由形	1分06秒00	1分08秒00

※短水路か長水路かは問わない。