

選手コースの皆様へ

## 月例記録会 種目追加について

現在、選手コースの月例記録会では、育成コースの進級テストと同様、200m個人メドレーに限定しておりましたが、2024年1月度より、下記の通り種目を追加し、競技会と同様に選択制といたします。

【現在】 200m 個人メドレー限定



【2024年1月度から】 ※毎月1種目を選んでください。

- |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|
| ● 200m個人メドレー |              |              |
| ● 50m バタフライ  | ● 100m バタフライ | ● 200m バタフライ |
| ● 50m 背泳ぎ    | ● 100m 背泳ぎ   | ● 200m 背泳ぎ   |
| ● 50m 平泳ぎ    | ● 100m 平泳ぎ   | ● 200m 平泳ぎ   |
| ● 50m 自由形    | ● 100m 自由形   | ● 200m 自由形   |

(例)

大会に出場する種目決めのために100m自由形を試してみたい。

大会で泳いだことがない200mバタフライを大会形式で測ってみたい。

最近平泳ぎのスピードが上がってきたから、50m平泳ぎを測ってみたい。

200m個人メドレーで特待生タイムに挑戦したい・・・など。

記録会は大会と同じような緊張感があるので、ベストタイムが出やすいです。

得意な種目や距離が発見できたりもします。ぜひ色々な種目にチャレンジしてみてください。

☆その他

1) 月例記録会 1週間前の土曜日までに、佐々木か光部か磯部に出場したい種目を伝えてください。

※種目の申し出がない場合は、従来通り【200m個人メドレー】となります。

2) 競技順序は、月によって変動します。スタートリストの掲示はありません。

3) 準特待生制度(月会費半額)の条件は、従来通り200m個人メドレーで規定タイムを突破となります。

4) 水着と帽子は、大会用を着用してください。