

9月21日（日）

## 第3回 ASCA 三河地区 中部ジュニア練習会

【日程】 9月21日（日） 集合7：30

① 水中練習 8：00～10：00 14：00～15：30 （レペティション）

ドライランド13：00～13：45

② 水中練習 10：00～12：00 15：30～17：00 （レペティション）

ドライランド14：30～15：15

③ 水中練習 12：00～14：00

ドライランド11：00～11：45

【目的】 中部ジュニアに向けた 長水路練習・三河地区の競泳レベル向上

【場所】 豊川高校 50mプール

【対象】 ① 中部ジュニア突破中学生（男子） 2回練習 （石川・古茂田・菊池）

② 中部ジュニア突破中学生（女子） 2回練習 （該当なし）

③ 中部ジュニア突破小学生 （加藤・亀山）辻本欠席

※引率予定 亀井三先生、築山幸先生

【参加費】 練習参加費 ①②¥2,500 ③¥1,500

※二次要項が来次第ご連絡します。（参加人数次第では上記練習時間の変更があります。）

※参加費は当日持参していただき、出席の際に引率者に渡してください。