

関西ジュニアスイマーの皆様、お待たせしました！

元200M自由形日本記録保持者

原 英晃さんによる

ジュニア特別レッスンのご案内

練習テーマ「クロールのストロークスキルアップ」

ストローク中の手のひらの向きは？ローテーションのタイミングは？
クロールのストロークのコツをじっくり学んで、大きな泳ぎを身に付けて
泳力アップに繋げていきましょう！

日 程：平成30年4月22日(日)

時 間：10時30分～11時40分

参加料：2,160円(指導料、施設利用料込み)

対 象：小学3年生～中学生の選手コースまたは
部活動に所属し、クロール50mを39秒
以内で泳げる選手

定 員：30名

受 付：4月1日(日)11時より※TEL予約可

原 英晃 (はら ひであき) 氏プロフィール

1974年静岡県生まれ。株式会社ヴァンチトーレ代表。

日本体育協会公認水泳上級コーチ。NESTA-PFT。アクアスフィアアンバサダー。

パワブリーズアンバサダー。200m自由形元日本記録保持者及び400・800mリレー

元日本記録メンバー。1998年アジア大会金メダルや2001年福岡世界選手権ファイナリスト等、国際大会の経験も豊富。1993年～2015年まで23年連続で日本選手権に出場するなど、43歳となった現在でも未だ日本の第一線で活躍中の鉄人スイマー。マスターズでは、40歳区分50m・100m自由形、100m個人メドレーなど、複数の世界記録を保持している。指導者としては、全国各地で研修会やスイムクリニックで講師を務める他、ジュニアからマスターズスイマー トップアスリートまで幅広く指導にあたり、泳法指導のみならず、身体のケアや補強運動に至るまで、総合的な指導で定評がある。『呼吸泳本』『水泳実践的練習ドリル』など監修著書も多数発刊されている。

2017年のシーズンベストは100m自由形49秒64(短水路)51秒24(長水路)

50m自由形23秒16(長水路)／100m個人メドレー57秒28



【申込み・お問合せ】

平荘湖アクア交流館 079-428-2015