

競技体験プログラム【キッズ】活動報告

1 日時

2022年10月1日（土） 18時00分から20時00分まで

2 会場

日本ガイシアリーナ 50m温水プール

3 プログラム名

アーティスティックスイミング

4 講師（敬称略）

ザ、クラブピア88 鈴木 紗也子、井部 美智代（他3名）

5 活動内容

今回は、音楽や他の泳者に合わせて演技を行い、技の完成度などを競い合うアーティスティックスイミングの競技体験を行いました。プールサイドでストレッチを行った後、前半は音楽に合わせて泳ぐリズム水泳を行いました。顔を上げての平泳ぎや途中で腕を止める背泳ぎの動きなどを教わりましたが、講師の先生のカウントをよく聞き、揃ってきれいに泳げていました。また、スカーリングによる背浮きや脚を水面から出して真上に上げることにも挑戦しました。後半は、発表に向けてグループに分かれ、教わった動きをグループ全員で合わせる練習を行いました。そして、その後グループごとに演技を披露しました。短時間の練習でしたが、どのグループも動きが揃い、大きな拍手が上がりました。最後に、東京2020オリンピック出場選手である吉田萌選手に演技を披露していただきました。世界大会のメダリストの圧巻の演技を間近で観ることもできた、充実の競技体験となりました。



顔を上げての平泳ぎ



スカーリングによる背浮きに挑戦



グループ全員でリズムに合わせて



発表での最後のポーズ