

サマーフェスティバル

平成28年7月31日(日)

in 小金井市総合体育館

元五輪選手の特別レッスン!
中村真衣さんの背泳ぎ教室

& どなたでも参加 OK!

中村真衣さんの講演会



経歴

1996年 アトランタ五輪・100m背泳ぎ 4位
2000年 シドニー五輪・100m背泳ぎ 2位
4×100mメドレーリレー 3位

チャレンジスイム開催!

25m背泳ぎに挑戦

No.	会場	イベント	時間	対象	定員	料金	内容
①	小体育室	体幹チャレンジタイム	10:30~ 11:30	18才以上	20名	¥500	体幹力・バランス力UPのトレーニングを様々なバリエーションで行います。
②	小体育室	エアロ60 Summer Special	12:30~ 13:30	18才以上	20名	¥500	やさしいステップ・燃焼系・ダンス系の3つの動きを組み合わせ行います。
③	小体育室	中村真衣さんの講演会	14:00~ 14:20	どなたでもOK! 事前申込不要!!		無料	「自信をつけるには」をテーマにお話しいただきます。
④	プール	中村真衣さんの背泳ぎ教室	14:50~ 15:50	小中学生	20名	¥1,500	元五輪メダリストの特別レッスン ※50m以上の泳力が必要です。
⑤	プール	チャレンジスイム(記録会)	16:00~ 16:50	小学生以上	50名	¥1,000	25m背泳ぎにチャレンジ (参加賞あり)

* (料金については税込となっております。)

※①・②については、トレーニング室にて事前の申し込みをお願いします。④・⑤は受付にて事前申込が必要です。

※持ち物: 水着・スイミングキャップ・ゴーグル・タオル(セーム) など

※ご参加の際は、当施設注意事項をご確認ください。



【事前申込受付方法】

- ・7月11日(月)より受付開始!(先着順)
- ・受付窓口にて手続きを行ってください。
- ・内容や空き状況などお気軽にお問い合わせください。

会場/問合せ先: 小金井市総合体育館 042-386-2120
主催 TAC・FC東京・TGTS 共同事業体 共催 小金井市教育委員会