

# ういてまで uitemate (着衣泳) 教室

溺れそうになったらどうする？  
靴をはいたまま、服を着たままで水に浮いて  
救助を待つ方法を体験しましょう。  
泳げない子どももだいじょうぶ！  
水難学会の指導員がやさしく浮けるように  
指導します。

- 主催 新日本スポーツ連盟練馬区連盟
- 後援 練馬区教育委員会
- 協力 一般社団法人水難学会



2016  
第7回

5/8 (日) 2016  
第15回

[受付] 12:00~  
[講義] 12:30~13:30  
[プール実技] 14:00~16:00

■対象■ 一般・親子 (小学生以上)  
■募集定員■ 40名  
■会場■  
練馬区立光が丘体育館温水プール

03-5383-6611

■参加費■

小学生：200円、中学生：500円、大人：800円

※小学生3年生までは中学生以上の保護者の参加が必要です。

(保護者1人に子供2人までとします)

■持ち物■

水着、スイミングキャップ、ゴーグル、タオル、着衣  
(水洗いした長袖、長ズボン。ポケットの中のゴミを取り除いてください)、  
運動靴 (水に浮く新品か、良く洗ったもの。靴底はゴムではなくウレタン  
のものが望ましいです。学校の上履きはゴム底です。スポーツサンダルでも可です。)  
ペットボトル (2.0ℓ程度でふた付。シールやラベルは剥がし、  
記名してください。)

●当日は、広報用の写真・ビデオ撮影をすることがあります。ご了承ください。

学校名、クラブなどを記入の上、4月25日までに下記に申し込んでください。ホームページ、eメール、郵送。

## ういてまで uitemate 教室

(幼児着衣泳)

5/8 (日)

[受付] 12:00~  
[講義] 12:30~13:00  
[プール実技] 13:10~14:00

■対象■

親子：幼児はオムツのはずれた、自分でおしっこが教えられる幼児。

■募集定員■ 20名

■会場■

練馬区立光が丘体育館温水プール (子供プール)

■参加費■ 幼児：200円

大人実技参加者：800円

※保護者の参加が必要です。プール実技に参加又はプールサイドで見守る。



●参加申し込み・問い合わせ●

ホームページ：練馬ういてまで2016

<http://home.j05.itscom.net/tyakuiei/2016nerima.html>

eメール：nerima@ml-n01.itscom.net (安行・江川)

郵送：新日本スポーツ連盟練馬区連盟 〒179-0073 練馬区田柄3-27-26 080-1049-1112 (江川)

ういてまで教室 申込書	■氏名	■年齢	■参加者が幼児～小学3年生の場合は保護者名
	■学校名・クラブ名(大人は職業)	■TEL	
	■住所	■Eメール	