



5月5日 こどもの日

安佐南区スポーツセンターで今年も恒例の「沼田高校水泳部ワンポイントレッスン」が開催されました。

幼児・小学生からご年配の方まで多くの方が希望されました。



泳ぎの基本である水中での姿勢を
ビート版を使って教えました。



小さなお子様には幼児用プールで
水遊びをしながら
水泳の楽しさを伝えました。



少しレベルの高いお子様には
専門的な泳ぎ方のコツも教えました。

このレッスンで水泳を好きになってくれたら
嬉しいです！！