

# 2023 ENJOY!長居フェスティバル プール 申込書

## 1.参加者 (参加者ごとにお申し込みが必要です)

ふりがな			年齢	歳
名前				
住所	〒			
連絡先	TEL	E-mail		
	FAX			
障がいの有無	肢体 ・ 視覚 ・ 聴言 ・ 知的 ・ 精神 ・ その他 ・ なし			
その他伝えておきたいこと				

## 2.参加する種目の番号に○をつけてください。

①～⑦の中から、3つお選びいただけます。

	内容	時間	定員
<b>クロールめっちゃ速くならろう!</b>			
①	【パラ水泳日本代表選手によるクロールレッスン】 ※25m完泳できる方が対象になります。	10:00~11:00	15名
<b>水中大運動会!</b>			
②	【ビート板相撲】 10秒間2人でビート板を押し合います。	11:15 ~ 12:15	12名
③	【リバーシディスク】 30秒間表裏2色のカードをめくりあいます。		12名
④	【泳いで綱引き】 10秒間ロープの両端を体に巻きつけ引っ張り合います。		12名
⑤	【ピッタリタイム】 25m宣言したタイムピッタリをめざして泳ぎます。		10名
⑥	【タイムトライアル】 25m自己ベスト更新をめざします。		10名
⑦	【VS職員リレー】 職員対参加者でリレー形式のレースをします。		8名

**申込み期間：9月11日（月）～ 定員になり次第受付終了**

〈E-mail〉 t-nagai@fukspo.org

〈FAX〉 06-6697-8613

※FAX到着の場合は、送信後に電話またはE-mailにて到着のご確認をお願いします。