



いるが

SPRING EDITION

発行 **スポーツハイツ**
〒166-0013 東京都杉並区堀ノ内2-6-21
TEL.03-3316-9981
編集・制作 株式会社 スリーループ
DTP協力 株式会社 アクシスエージェンシー

おめでとう!! Swim&Survive 3月「スイム・アンド・サバイブ」合格者発表



3月1日～7日に実施された定期進級テストにおいて、4泳法検定項目に平衡して実施された「スイム・アンド・サバイブ」の安全項目のテストの結果、以下の88名の方が合格されました。当スポーツハイツではオーストラリア・ロイヤルライフセービング協会(RLSSA)との提携により、水の事故を防ぐために、ウォーターセーフティのSwim&Survive(以下SS)のプログラムを普段のレッスンにおいて子供達に指導させていただいております。SS安全項目の詳細は入会時お配りました「安全項目の手引き(青い冊子)」をご覧ください。合格者には申請手続きにより、オーストラリア本国の協会から「認定証」と「ワッペン」が授与されますので、フロントにお申し込みください。詳しくはフロントにお尋ねください。

【合格者一覧】(敬称略)				
7級	小林 莉久(G木クラス) 上林 琉輝(G金クラス)	齊藤 匠汰(G土クラス) 森本 祥郷(I木クラス)	孟 琳皓(G水士クラス) 藤森 煌水(H1クラス)	中臣 凜子(G金クラス) 湯本 由門(G金クラス)
6級	櫻田 莉央(F水クラス)	菊池 陽二(F水クラス)	関根 雄介(G土クラス)	
5級	岡野 彩子(G金クラス)	藤本 陽(G水クラス)		
4級	品川 凜花(F土クラス) 齋藤 陽(G金クラス)	村中 剛太郎(H2クラス) 林 真帆(G金クラス)	吉田 理紗(G月クラス) 山形 浩太(G金クラス)	高橋 月音(G月クラス) 中村 日南(G金クラス)
3級	宮杉 直生(H1クラス) 小林 日南子(F月クラス) 新井 瑛仁(G土クラス)	藤沢 剛志(H3クラス) 黒木 琉輝(G水クラス)	守田 和真(G月クラス) 景田 結心(G火金クラス)	日向 稔菜(G月クラス) 下村 優里杏(F土クラス)
2級	赤塚 陽人(H1クラス) 増田 心美(G月クラス) 八山 航宇(F水クラス) 白井 明(F土クラス) 金吉 真依(F土クラス)	橋内 美里(H1クラス) 佐野 正弥(G月木クラス) 高橋 椿(F水クラス) 洞庭 実桜(F土クラス) 藤原 颯来(H1クラス)	坪井 新(H2クラス) 嵯峨 理紗(F水クラス) 藤原 幸太(F水クラス) 福島 航(G土クラス) 渡辺 想万(H1クラス)	福田 夢怜(H1クラス) 入江 花奈(F水クラス) 杉浦 歩利(F水士クラス) 深田 葉(F土クラス)
1級	山内 豊大(H3クラス) 藤原 海音(G月クラス) 関 結花(F月クラス) 竹居 仁志(G火クラス) 市川 夏実(F土クラス) 山本 夏葵(G水士クラス) 行方 泰雅(H1クラス)	井上 心結(G水クラス) 神原 真子(G月クラス) 福島 大輝(F月クラス) 新谷 真直美(G火クラス) 竹内 言織(F土クラス) 田中 啓一朗(H2クラス)	福田 歩叶(H1クラス) 坪倉 冬羽(G月クラス) 荻田 真(F月クラス) 野村 早葉(G金クラス) 杉浦 光(F水士3クラス) 佐藤 集太(H1クラス)	佐々木 洋奈(F土クラス) 北原 慎(G木クラス) 杉浦 百合子(G火クラス) 石渡 悠貴(G金クラス) 高田 千聖(G水士クラス) 小池 夏瑚(H1クラス)
				湯口 純平(G月クラス) 樋口 大波(G水士クラス) 日比生 有希(G火クラス) 小澤 一輝(F水士クラス) 本多 ひばり(G水士クラス) 樋口 れいな(H1クラス)

以上 88名



春休み短期水泳教室報告!

夏に向けてお申し込みのあった短期水泳教室!初めてプールに入る子どもが多い「ちびっこ水慣れクラス」。水慣れからバタ足、最終的にはクロール、平泳ぎの習得を目指す「小学生クラス」。そして、正規会員クラスの「オレンジ17級～10級」、「9級～6級」、「5級～2級」の全部で5クラスがそれぞれの目標に向かって頑張りました!短期水泳教室は夏にも開催致します。春の教室が3日間の1期みの開催だったのに対し、夏は3日間を1期～3期に分けて、合計3期9日間行います。開催予定は以下の通りです。

第1期	7月21日(土)・22日(日)・23日(月)
第2期	8月17日(金)・18日(土)・19日(日)
第3期	8月24日(金)・25日(土)・26日(日)

ぜひご参加ください。



パパあつまれ!ベブースイミング1日体験会



毎回大変ご好評をいただいております「ベブースイミング1日体験会」。1年を通して春・夏・秋・冬・季節ごとに開催しているのですが、今年第一弾の体験会を3月21日(水・祝)に開催いたしました!当日はあいにくのお天気でしたので、お休みするベブーちゃんが多いかな～あと、ちょっと心配だったのですが、なんのなんの雨にも負けずで(笑)8ヶ月～2才までのベブーちゃんとパパ、ママに出席していただきました♪

初めての場所、大きいプール...などなど初めてのことがいっぱいだからビクビクして泣いてしまうベブーちゃん、その泣き声につられて泣くベブーちゃん。まさに大合唱(笑)

そんなベブーちゃんをあやし、なだめながらプールにはいって頑張るパパ、ママ達。

例年、ベブーちゃんに泣かれてしまうと途中で断念するパパ達もいなくもないのですが、今回のパパ、ママ達はそんなこともなく、みなさん最後まで参加していただきました。

ベブーちゃんはもちろんパパ、ママにとっても初めてのことが多かったと思いますが、楽しい時間を過ごしていただけたと思います。

お水の中ならではのスキンシップ、パパ、ママの子育ての情報交換、はたまた運動不足の解消!?と有意義な、そして楽しい時間を過ごせるベブースイミングを是非はじめてみませんか? (日野)



大好評! 流れるプール!

4月29日(祝・日)に恒例の「流れるプール」が開催されました。前回の流れるプールでは、参加者が少なかったのですが、今回は96名という100名近くの参加がありました。フローマシンでいるかのプールが「流れるプール」に変身するイベントは大いに盛り上がりしました。次回は秋に開催されますので、またたくさん参加をお待ちします。(藤田)

普段レッスンしているプールとは違った雰囲気気の「流れるプール」、子供から大人まで楽しんでいただけたイベントだったと感じております。いつもレッスンで顔を合わせる子供たちとも遊ぶことができたので、我々スタッフも楽しくイベントに参加させていただきました。次回の流れるプールでの皆様のご参加をお待ちしております。(三浦)



当スクール選手育成クラス在籍の根方吾士基(ねがたごしき)君が9歳区分の50m平泳ぎにおいて、参加標準記録を破り本大会に出場しました。根方君は2016年10月に選手育成クラスに昇格して、1年と半年ほどで全国大会に出場しました。昇格した際の50m平泳ぎの記録は56秒60、そして今回ジュニアオリンピックの標準記録を破った時の記録が39秒15。17秒のタイム短縮、距離にして約20m分もタイムを短縮したのです。改めてビックリです!そしてジュニアオリンピック本大会、それまでの練習も普段通りにこなし、普段通り過ぎて周りが心配するのをよそに、本人は当日も至っていつも通りに準備をし、本番のスタート台に立った時の様子は頼もしさを感じました。結果は38秒19。狙っていた37秒台には届かなかったものの、前の大会で出した記録をまた約1秒更新!何より初の全国大会で出した事に価値があります。彼の競技人生はまだ始まったばかりです。この先、8月に静岡で行われる「小学生の全国大会」といわれる「とびうお杯」と、まだ記録は切れていませんが、その先にあるジュニアオリンピック夏季大会に向けて、より一層の記録の向上をしていけるよう、スタッフ一同頑張ります。また、今回の根方君の出場にあたり、記録更新、突破の為に作戦や本人のメンタルを支えることに最も尽力した松本 航先生の功績もここに称えさせていただきます。(若林)

第40回全国JOCジュニアオリンピックカップ春季大会に参加!

第2回 スポーツハイツオープン開催



今年で2回目となるスポーツハイツ校内記録会である「スポーツハイツオープン」。今大会ではマスターズ、ヘルスケアクラブ在籍の大人の方から正規クラス、選手育成クラス在籍者までが、114種目に参加。それぞれに現在の自身の現在の力試しや背泳ぎ、クロール、平泳ぎ、バタフライの進級試験の為に出場している子どもなど、目的は様々でした。選手クラス在籍者は200m個人メドレーのタイムを基にクラス分けを行うことを伝えていたため、最初に行われた200m個人メドレーは緊張感がありました。



最後は恒例のリレー。今大会は①Tシャツ全員リレー②50mけん引リレー③コーチVS選手育成選抜対抗リレーの3つを行いました。皆さん、競技の楽しさを改めて感じた1日になったのではないかと思います。

次回は8月11日(土)に開催予定です。ぜひご参加下さい。(若林)

2018杉並区ジュニア・マスターズ水泳大会結果(ジュニアの部)



2018年5月13日(日)「杉並区ジュニア・マスターズ水泳大会」が高井戸温水プールにて開催されました。

今回、選手クラス中学生以上対象の試合が辰巳であった為、ジュニアの部の参加人数は14名で参加種目数28種目+リレー4種目とちょっと少なめでした。が、そんな少なめな参加者の中に今回初めて「水泳大会」に出場した子供達もいました。試合なれている選手の子と違い、すべてが初めてでスボハイの待機場所ではみんな



と和気あいあいとしていましたが、出番が近づき先生と召集場所に行ったあたりからちょっと緊張してきたかな?コース前では緊張マックス!?そんなみんなを見て私もドキドキでした(笑)でもみんな頑張って泳ぎました!この区民水泳大会は年に2回、春と秋に行われています。ちょっとした緊張感とドキドキ感、泳ぎ終わった時の爽快感をみなさんも次回の秋の大会で体験してみませんか?みなさんのご参加をお待ちしています♪ (日野)

★個人種目及びリレー種目結果(敬称略)

◎個人種目

名 前	種 目 ①	記 録	種 目 ②	記 録
〈女子〉				
佐藤 ゆあ	100M個人メドレー	1分20秒98	50M平泳ぎ	40秒87
山本 ゆい	50M自由形	33秒93	50M平泳ぎ	44秒83
宮内 花凜	50M自由形	32秒97	50M平泳ぎ	40秒53
藤原 寿爾	50M自由形	37秒00	50Mバタフライ	40秒41
佐々木 心夏	50M自由形	34秒22	50Mバタフライ	39秒95
小林 花音	25M自由形	24秒74	25M平泳ぎ	25秒94

〈男子〉

黒澤 權	50M自由形	35秒72	50Mバタフライ	42秒13
柳 香太郎	50M自由形	39秒60	50M平泳ぎ	51秒24
黒澤 集	50M自由形	45秒29	50M平泳ぎ	54秒71
八尋 妻太	50M自由形	37秒70	50M平泳ぎ	49秒73
栗崎 碧	50M自由形	38秒60	50M平泳ぎ	49秒38
高岩 陽大	25M自由形	23秒45	25M平泳ぎ	26秒54
菊池 陽二	25M自由形	26秒68	25M平泳ぎ	29秒65

◎リレー種目

種 目	メ ン バ ー	記 録
小学生・女子100Mメドレーリレー	山本ゆい・宮内花凜・藤原寿爾・佐々木心夏	1分11秒30
小学生・女子100Mフリーリレー	藤原寿爾・宮内花凜・佐々木心夏・山本ゆい	1分04秒38
小学生・男子100Mメドレーリレー	栗崎 碧・柳 香太郎・八尋妻太・黒澤 集	1分21秒24
小学生・男子100Mフリーリレー	八尋妻太・栗崎 碧・黒澤 集・柳 香太郎	1分12秒23