

**令和7年度東北支部水泳指導者研修会（成人水泳指導法）**  
～ラクフライの理論を学び、成人水泳指導のスキルアップを図る～

開催趣旨： 昨年馬場浩希先生を招き、楽にクロールを泳ぐ「ラクロール」の理論と実技講習を実施したところ、「会員から好評」「指導の幅が広がった」「自身の泳ぎも楽になった」等の声が多く「ラクロール」に続く「ラクフライ（楽に泳ぐバタフライ）」の研修会開催希望も多いため、今年度の水泳指導者研修会は、再度馬場先生を招き「ラクフライ」について指導していただくことになりました。

幅広い成人に対応できる技術を身に付けるチャンスですので、成人水泳に携わるたくさんの方の参加をお待ちしております。

主 催： 日本スイミングクラブ協会 東北支部

主 管： 指導力向上委員会

日 程： 令和7年7月13日（日）

会 場： 講義・実技 ピュアスポーツ福島南スイミング

〒960-1101 福島市大森字唐橋 192-1 024-573-7320

定 員： 40名（定員になり次第締め切らせて頂きますので、お早めにメールまたはお電話にてご予約ください。）

対 象： 成人水泳指導について、自らの知識を深めたい水泳指導者を対象とする。

更 新： ・水泳教師・水泳インストラクター・アクアフィットネスインストラクター、アクアダンスインストラクター、メディカルアクアフィットネスインストラクター資格保持者の方々のための更新講習会になっており、更新希望の方には証明書を発行致します。（安全資格の更新はできません）

参 加 料： 8800円（消費税込）

申込方法： 事前にメールまたは電話で予約の上、ご記入された申込用紙に参加料振込の受領書のコピーを添えて下記あてにご郵送下さい。

振 込 先： 銀行名：東邦銀行 大森支店

口座番号：（普通）234474

口座名：SC協会東北支部 指導力向上委員長 藤井洋治郎

送 付 先： 〒960-0111 福島市丸子字広町 16-3

ピュアスポーツ福島東スイミング 『水泳指導者研修会』係宛

締 切： 令和7年7月1日（火）必着

携 行 品： 筆記用具・資格更新者は資格認定カード・水着・キャップ・タオル

その他： 1. 講師の都合で内容に変更のぞる場合がございます。

2. 参加費の領収書としては、振込銀行発行の振込金受領書を当ててください。

3. 受講決定通知書は発行しません。当日気を付けてお越しください。

◆◆予約および問合せは下記藤井宛にお願いします。◆◆

Ema i l [fujiji@puresports.co.jp](mailto:fujiji@puresports.co.jp)

携帯 090-7332-2987

# 令和7年東北支部水泳指導者研修会

～ラクフライの理論を学び、成人水泳指導のスキルアップを図る～

| 時 間             | 内 容                                                                                                           |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9:00～<br>9:30   | 受 付 開講式                                                                                                       |
| 9:30～<br>11:30  | 講義 「バタフライが楽に泳げる！ラクフライ」<br>ラクフライとバタフライの違い<br>ラクフライの利点<br>ラクロールとの共通点<br>レッスンの注意点<br>一般社団法人日本ラクロールスイム協会代表理事 馬場浩希 |
| 11:30～<br>12:30 | 昼食（弁当持ち込み可。当日お弁当の注文も承ります。）着替え                                                                                 |
| 12:30～<br>13:30 | 実技 『ラクフライの基本水泳指導法』<br>一般社団法人日本ラクロールスイム協会代表理事 馬場浩希                                                             |
| 13:30～<br>16:30 | 実技 『ラクフライ練習・補助・レッスンの組み立て方法』<br>一般社団法人日本ラクロールスイム協会代表理事 馬場浩希                                                    |
| 16:30～<br>16:45 | 閉講式／解散                                                                                                        |

※ 都合により内容に若干変更の可能性がありますことをご了承願います。

※

## 講師紹介

### ●馬場 浩希（ばば ひろき）



1978 年生まれ 3 歳から水泳を始め、高校まで水泳部に所属。健康医療系の専門学校を卒業後、スポーツクラブに就職し、水泳指導にあたる。以後、独自の視点で考案した「ラクに泳げる」指導が評判を呼び、独立。2023 年 5 月、一般社団法人日本ラクロールスイム協会を設立して代表理事に就任。一人でも多くの方に「もっと楽に泳げる方法があるんだ！」と感じていただき、水泳をもっと楽しんで、より健康的にお過ごしいただければ嬉しいと語る。

#### 《 主な資格 》

日本スポーツ協会公認水泳上級教師

日本スイミングクラブ協会アクアフィットネス上級インストラクター

日本水泳連盟 オープンウォータースイミング指導員 他

#### 《 主な著書 》

『クロールがラクに泳げる！ラクロール』（じゃこめてい出版）

『バタフライがラクに泳げる！ラクフライ』（じゃこめてい出版）

◇◆令和7年度東北支部水泳指導者研修会参加申込書◇◆

|                                                              |                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 氏 名                                                          | ふりがな<br><br>( 歳 ) 男 ・ 女                                                                                                                                                                                                        |
| 住 所                                                          | ( 自宅 ・ クラブ ) ー当てはまる方を必ず○で囲んで下さい。<br>〒 ー<br><br>連絡用携帯電話 : ( )<br><br>メールアドレス (任意) :                                                                                                                                             |
| 所属クラブ                                                        | Tel : ( )                                                                                                                                                                                                                      |
| 更新研修会受講証明書の発行を希望される方は、下記の事項についてご記入ください。<br>また、当日資格証をお持ちください。 |                                                                                                                                                                                                                                |
| 生年月日                                                         | 西暦 年 月 日生まれ                                                                                                                                                                                                                    |
| 資 格 名<br>※取得している資格に○印をつけてください。                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 水泳教師</li> <li>・ 水泳上級教師</li> <li>・ 水泳 ( 級 ) インストラクター</li> <li>・ アクアフィットネス ( 級 ) インストラクター</li> <li>・ メディカルアクアフィットネスインストラクター</li> <li>・ アクアダンスインストラクター</li> <li>・ その他 ( 資格名 )</li> </ul> |
| 資格番号                                                         |                                                                                                                                                                                                                                |
| 有効期限                                                         | 20 年 月 日                                                                                                                                                                                                                       |
| 講師の先生方への<br>メッセージが<br>ございましたら<br>お書きください                     |                                                                                                                                                                                                                                |

※この個人情報は、講習会に関してのご連絡以外には使用いたしません。