

# 2026 パラ水泳講習会・練習会

## 【目的】

この講習会・練習会は年齢にかかわらず障がいのある人を対象に水に親しむことから競技向上まで、それぞれの目標やレベルに応じた取り組みを行う。

あわせて、指導者を対象とした講習会を実施しパラ水泳の理解や基本的知識、指導技術の向上を図ることで、障がい者水泳の普及及び選手・指導者の育成につなげる。

## 【日時】

令和8年11月21日（土）～22日（日）

## 【場所】

高知市東部総合運動場内競技場（くろしおアリーナ）

## 【対象】

年齢を問わず、肢体不自由、知的障害、視覚障害又は聴覚障害のある方  
水泳指導者、教員、支援者等

## 【定員】

- ・11月21日（土）指導者向け講習会 15名程度
- ・11月22日（日）練習会 15名程度

## 【内容】

- 11月21日（土）指導者向け講習会  
10:00～12:00 座学  
13:00～15:30 実技
- 11月22日（日）練習会  
10:00～12:00 水泳練習会

## 【申込期日】

9月1日（火）～11月15日（日）

## 【参加費用】

- 11月21日（土）1,000円
- 11月22日（日）障がい者手帳を提示いただくと無料

## 【その他】

- ・両日とも、中国・四国地区の選手及び指導者を対象とする。
- ・昼食は各自持参

【申し込み方法】

必要事項を記入の上メールで申し込む

([gata.joe1594@gmail.com](mailto:gata.joe1594@gmail.com))

- ・講習会：①氏名 ②生年月日 ③職業 ④障がい有無 ⑤緊急連絡先  
⑥泳力
- ・練習会：①氏名 ②生年月日 ③年齢 ④障がい名 ⑤緊急連絡先  
⑥泳力(下記から選択)

【練習会泳力】

- A 初心者・水泳初体験・顔がつけられない
- B 泳ぎをマスターしたい・クロールが少し泳げる・他の泳ぎをマスターしたい
- C タイムを縮めたい・競技大会に出たい