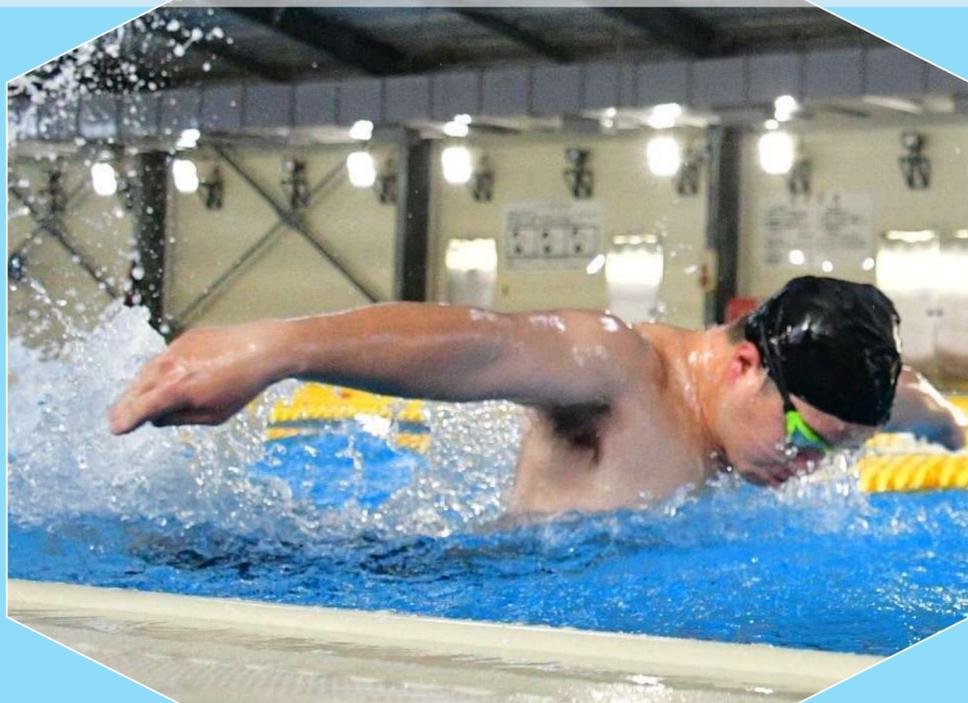


水泳能力測定

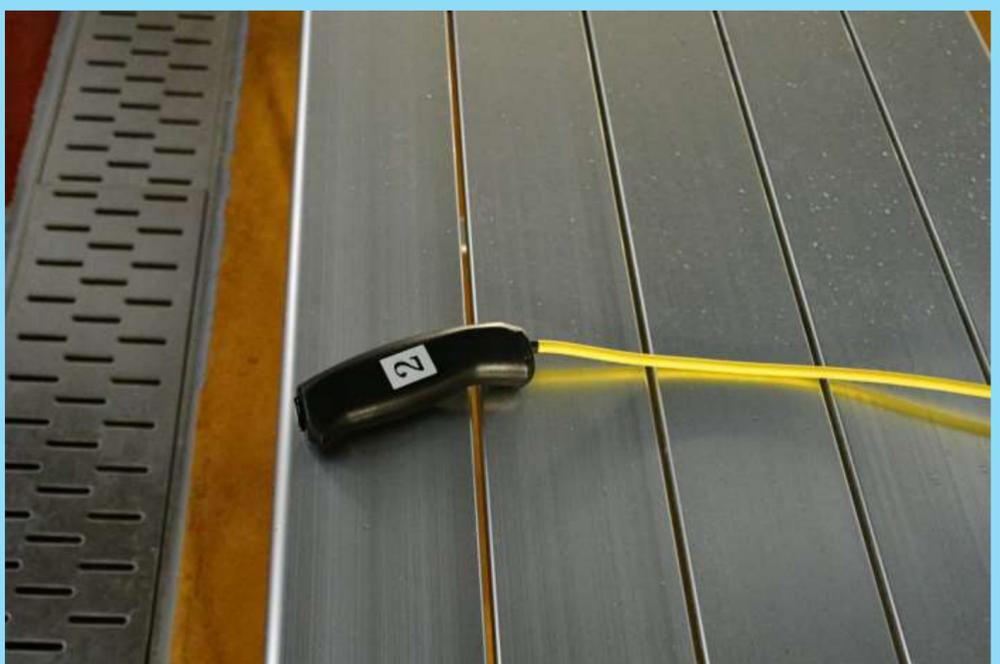


令和6年1月23日

1月23日、2回目の水泳能力測定を実施しました。今回の記録は修業時の成績として残ります。記録を伸ばしたい学生も、赤帽（基準未到達者）の学生も、そして何とか赤帽脱出させようと体育教官も頑張ってきました。飛び込みの教育も終わっているのです、スタートで飛び込みができる分、タイム短縮が期待できます。



準備体操の後、注意事項等の説明があり、心拍数をしっかり上げた方が記録が出やすいと言っていました。でも、疲労しないように上げなさいとのことで、結構難しいなと思いました。

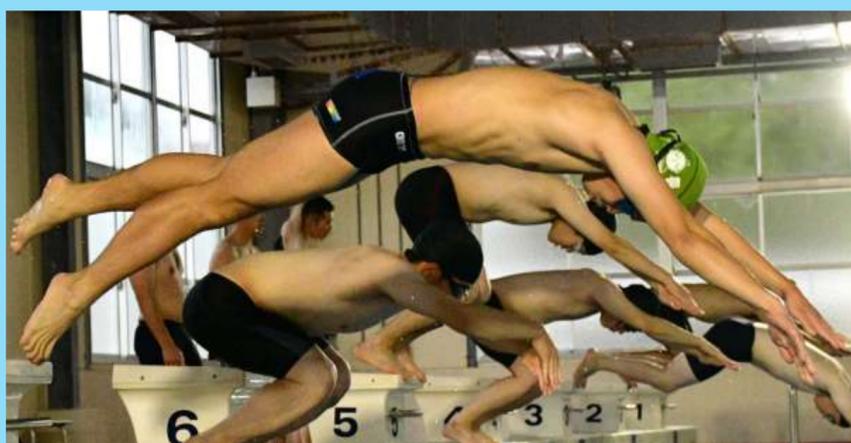


測定は各コースのスイッチと連動した機械で行います。レシートみたいなのが出てきます。

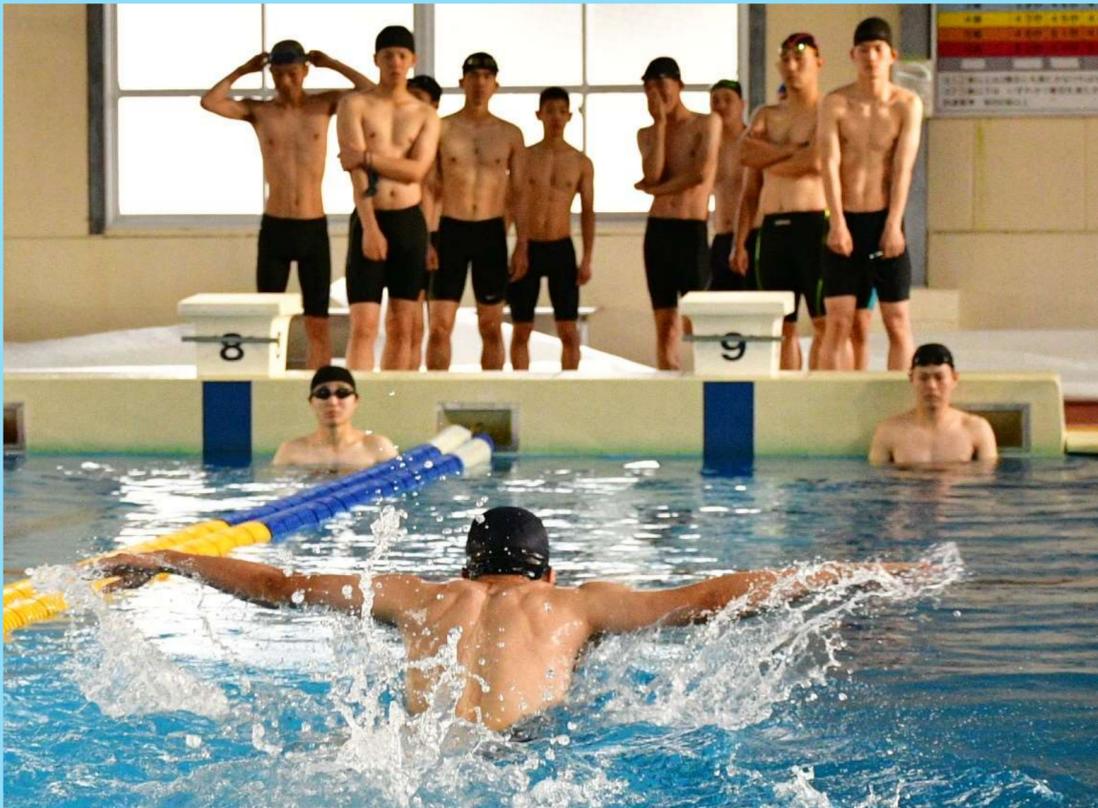
平泳ぎ



自由形(クロール)



タイム測定の後、4種類(平泳ぎ、クロール、バタフライ、背泳ぎ)の泳法と飛び込みの試験も行いました。



今回の測定では、惜しくも1名が赤帽脱出できませんでしたが泳法違反で完泳はできたものの記録なし、というものでした。当初は50mを泳ぎ切れなかったということで、確実に実力はついているということです。努力を続ければ必ず基準をクリアできるようになるはずです。

修業まで1ヶ月を切っていますが、前回の測定時と比べて体も出来上がってきました。運動能力測定でも前回を上回る記録を出して、学生期間の努力の結果を残してほしいと思います。