

NAS CUP

ーナスカッブー

9.6 Sun START

水中運動会 & 水泳記録大会

☆ 申込受付中 ☆

タイムスケジュール（予定）

- 10：15～ 開場
- 10：30～ 競技開始
- 15：00～ 競技終了

参加費 1,500円

※個人種目から3種目まで団体種目は全てエントリー可
※個人種目の4種目からは1種目につき追加料金500円

対象

こども～大人
(生後6ヶ月以上)

個人種目

運動会

障害物競走
親子で障害物競走
こども運び・浮島渡り

水泳

25m
50m

自由形（クロール）・
背泳ぎ・平泳ぎ・
バタフライ

水泳 100m

個人メドレー

※キッズスクール生は25m種目及び個人メドレーを
進級テストとしてお申込できます。

団体種目

運動会

玉入れ
棒引き

水泳 25m×4

フリーリレー

※フリーリレーは4人1チームを組んでいなくても
お申込できます。
※団体種目のチーム分けは当日発表いたします。
※団体種目で同じチームを希望する方がいる場合は
備考欄にご記入ください。

※キャンセルは前日まで全額ご返金いたします。 ※記載価格は全て消費税込みです。

大会中は25mプールの6コースすべてを使用いたします

スポーツクラブNASあべの

TEL.06-6115-7530

日時：9/6(日)10：15～15：00（予定）

※途中入退場可能

場所：NASあべのプール（2階）

※観覧はプールギャラリーをご利用ください

※参加者（クラブ会員様を除く）は25mプールのみご利用していただけます

対象：こども～大人

※親子競技のこどもは生後6ヶ月以上の方

※親子競技の大人は18歳以上の方（高校生不可）

※種目により年齢等の制限がございます

参加費：1,500円

※親子スイムスクール在籍者の親子競技参加費は不要です

※個人種目から3種目までエントリーできます

※4種目からは1種目につき追加料金500円

申込：フロントにて9/4(金)21：00まで

その他：撮影について

撮影許可申請書をご提出いただければ撮影していただけます。

他の方がフレームに入らないように配慮していただき、

SNS等には掲載しないで個人利用にとどめてください。

10：30 ①障害物競走

段差や坂道など赤台で作られたコースを
元気に駆け抜けよう！

対象：年長～大人

10：50 ②親子で障害物競走

段差や坂道など赤台で作られたコースを
元気に親子で駆け抜けよう！

対象：生後6ヶ月～幼児&大人

11：10 ③★玉入れ★

先生が持つカゴにボールを入れよう

対象：生後6ヶ月～幼児&大人

小学生～大人

11：30 ④こども運び

ヌードルや浮島を使って

こどもを25m運ぼう

対象：生後6ヶ月～小学生&大人

11：50 ⑤浮島渡り

水上の浮島を走り切ろう

転んでも諦めないで！

対象：年少～大人

12：05 ⑥★棒引き★

チームに分かれて

相手よりも多くの棒を集めよう

対象：小学生～大人

12：20 休憩

軽食はギャラリーまたは

ロイヤルルームをご利用ください

館外に出ていただいても構いません

13：30 ⑦50m自由形（クロール）

50mを好きな泳ぎ方で泳ごう

タイム計測をします

対象：50mを泳げる方

13：40 ⑧25m平泳ぎ

25mを平泳ぎで泳ごう

タイム計測をします

対象：25mを平泳ぎで泳げる方

13：50 ⑨50mバタフライ

50mをバタフライで泳ごう

タイム計測をします

対象：50mをバタフライで泳げる方

13：55 ⑩25m背泳ぎ

25mを背泳ぎで泳ごう

タイム計測をします

対象：25mを背泳ぎで泳げる方

14：05 ⑪25mバタフライ

25mをバタフライで泳ごう

タイム計測をします

対象：25mをバタフライで泳げる方

14：10 ⑫50m平泳ぎ

50mを平泳ぎで泳ごう

タイム計測をします

対象：50mを平泳ぎで泳げる方

14：15 ⑬個人メドレー

100mを個人メドレーで泳ごう

タイム計測をします

対象：100mを個人メドレーで泳げる方

14：30 ⑭50m背泳ぎ

50mを背泳ぎで泳ごう

タイム計測をします

対象：50mを背泳ぎで泳げる方

14：35 ⑮25m自由形（クロール）

25mを好きな泳ぎ方で泳ごう

タイム計測をします

対象：25mを泳げる方

14：45 ⑯★フリーリレー★

25m×4人のリレーです

得意な泳ぎで泳ごう

対象：25mを泳げる方

※青字は親子競技です

親子でご参加いただけます

※★は団体種目です

対象者全員ご参加いただけます

※赤字は進級テストとして

エントリーしていただけます

ただし現在の級を超えての

テストは受けられません