

## 2010年度 ワンダーイヤーズ主催スイムフェスタ inTW 福岡

この度、トータルワークアウト福岡店にて特別セミナーと記録会を兼ねたスイムフェスタを開催します。特別セミナーは元日本代表の今井亮介と数々の国際大会でチームトレーナーとして帯同されている栗木明裕先生による「記録を出せるウォームアップ術」です。ウォームアップは大会でのコンディショニングに強い影響を与えます。今回水中セミナーと陸上セミナーに分けて、実技を含めて行います。

また午後からは記録会を行います。公認試合ではありませんが、通常の試合では出来ない特別レースを入れた楽しめる記録会です。午前中のセミナーを受けた方は早速実践していただき、記録会だけの参加の方も日頃の成果を試してください。

### 1. 日時：2010年11月23日（火）

- ①特別セミナー 「記録を出せるウォームアップ術」 受付9:30 セミナー開始 10:00（12:00 終了予定）  
陸上セミナー45分 水中セミナー45分（途中、お着替えの時間を15分程度とります）
- ②ワンダーイヤーズ主催記録会 受付12:30 競技開始 13:00（17:00 終了予定）

### 2. 場所：トータルワークアウト福岡

〒810-0801 福岡県福岡市博多区中洲3-7-24 gate's 9F

### 3. セミナー講師紹介

水中セミナー ワンダーイヤーズ 代表取締役 今井亮介

実績 1999年 パンパシフィック大会 銅メダル

2000年 100m 平泳ぎで59.72の短水路日本記録樹立 日本人で初めて1分の壁を破る

2001年 世界選手権福岡大会代表

2001年 ユニバーシアード北京大会 銀メダル

2009 & 2010年 30-34歳区分 50m 平泳ぎ、100m 平泳ぎ 世界記録突破

2010年10月 ワールドカップ東京大会出場予定

陸上セミナー 栗木 明裕 ※理学療法士

実績 2001年 世界水泳選手権福岡大会日本代表チームトレーナー

2009年 アジア選手権広州大会日本代表チームトレーナー

2010年 パンパシフィック選手権アーバイン大会チームトレーナー

### 4. 参加料金（お支払方法は申込書にも記載しております）

①特別セミナー 「記録を出せるウォームアップ術」 ￥3,000（税込）/名

②ワンダーイヤーズ主催記録会 ￥2,000（税込）/名

★①と②両方お申込みの場合はお得パック ￥4,500（税込）/名

※特別セミナー参加の方は、水着やスイムキャップのほか、陸上セミナーで体を動かしたりしますので、ジャージなど動きやすいトレーニングウェアを持ってきてください。

## 申込方法について

- ① 申込用紙を記載し、FAX、メール、郵送のいずれかの方法にて弊社宛てにお送りください。
- ② 申込用紙送付後、下記、口座にて11月12日までに参加料をお振込ください。振込人名は申込ご本人のお名前をお願いします。  
口座：福岡銀行 本店営業部 普通預金 5885903 株式会社ワンダーイヤーズ 代表取締役 今井 亮介
- ③ 入金確認後、弊社よりメール、電話、FAXのいずれかにてご連絡いたします。入金後、3日以内弊社より連絡がない場合は、ご連絡ください。

※キャンセルチャージについて、11月15日まではキャンセル可能ですが、11月16日以降はキャンセルに対する払い戻しは致しかねますことを予めご了承ください。

## 5. 駐車場について

駐車場はございません。中洲近辺に有料駐車場がいくつかございますが、なるべく公共機関をご利用ください

## 記録会競技スケジュール

記録会前にエキシビションとして福岡シンクロナイズドスイミングのチーム演技がございます

①	100m 個人メドレー	⑨	25m 平泳ぎ
②	50m 自由形	⑩	25m バタフライ
③	50m 平泳ぎ	⑪	25m 背泳ぎ
④	50m バタフライ	⑫	25m×4 アンクルバトンリレー
⑤	50m 背泳ぎ	⑬	100m 自由形
⑥	25m アンチパドル付	⑭	100m 平泳ぎ
⑦	25m×4 板キックリレー	⑮	100m バタフライ
⑧	25m 自由形	⑯	100m 背泳ぎ
		⑰	25m×4 くじびきメドレーリレー

※記録会にて当日抽選会を行います。抽選で当たった方へはプレゼントをお渡しします。

### 種目説明

- ・⑥25m アンチパドル付に関してアンチパドルをつけてレースを行います。種目はどの種目でも構いません。当日、レース前に参加したい方をお聞きしますので申込用紙での記載は不要です。
- ・⑦板キックリレーはビート板をバトン代わりに利用します。種目はバタフライキックでも平泳ぎのキックでもなんでもOKです。
- ・⑫アンクルバトンリレーはアンクルバンドを両足に巻いて行います。キックが打てない状態で泳ぐこととなります。バンドをバトン代わりに行います。
- ・⑰くじびきメドレーリレーはレース前にくじびきをしていただき、ひいた種目を泳いでいただきます。順序は申込の際の順番で行きます。

問い合わせ、御質問に関しては下記までお願いします。

株式会社 ワンダーイヤーズ (担当：今井 啓介)  
住所：〒814-0161 福岡市博多区中洲 5-3-8 アクア博多 5F  
TEL：092-287-9638 FAX：092-851-6862  
携帯：090-8621-1434  
MAIL：[info@w-years.com](mailto:info@w-years.com)

# ワンダーイヤーズ主催スイムフェスタ申込用紙

氏名： \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_ 性別 \_\_\_\_\_  
TEL： \_\_\_\_\_ FAX： \_\_\_\_\_ e-mail： \_\_\_\_\_  
住所： (〒 \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_

1. ワンダーイヤーズ主催スイムフェスタ申込 ※参加又は不参加に○をしてください。

10：00～12：00 セミナー 「記録を出せるウォームアップ術」 参加 ・ 不参加

13：00～17：00 記録会 参加 ・ 不参加

- ・特別セミナー「記録を出せるウォームアップ術」のみ参加の場合 ¥3,000（税込）/名
- ・ワンダーイヤーズ主催記録会のみ参加の場合 ¥2,000（税込）/名
- ・特別セミナーと記録会両方参加の場合 ¥4,500（税込）/名

2. 1で記録会の参加を選んでいただいた方のみ記載してください。参加する個人種目とエントリータイムを記載してください。

ワンダーイヤーズ主催スイムフェスタ参加種目 個人種目（3種目まで）※⑥アンチパドル付は記載不要

種目		エントリータイム	
種目		エントリータイム	
種目		エントリータイム	

3. 1で記録会の参加を選んでいただいた方で、リレー種目（⑦、⑫、⑰）に参加したい方のみ記載してください。

お申込みについては4人1組でお願いします。チーム名を添えてお申込みください（4名いれば男女混合でも大丈夫です）。

※記載は代表者の方のみで結構です。

⑦25m×4 板キックリレー 参加 ・ 不参加 ⑫25m×4 アンクルバトンリレー 参加 ・ 不参加

⑰25m×4 くじびきメドレーリレー 参加 ・ 不参加

チーム名： \_\_\_\_\_

⑦メンバー： 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_

⑫メンバー： 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_

⑰メンバー： 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_

## 申込方法について

① 申込用紙を記載し、FAX、メール、郵送のいずれかの方法にて弊社宛てにお送りください。

② 下記、口座にて11月12日までに参加料をお振込ください。振込人名は申込ご本人のお名前をお願いします。

- ・特別セミナー「記録を出せるウォームアップ術」のみ参加の場合 ¥3,000（税込）/名
- ・ワンダーイヤーズ主催記録会のみ参加の場合 ¥2,000（税込）/名
- ・特別セミナーと記録会両方参加の場合 ¥4,500（税込）/名

振込口座：福岡銀行 本店営業部 普通預金 5885903 株式会社ワンダーイヤーズ 代表取締役 今井 亮介

※キャンセルチャージについて、11月15日まではキャンセル可能ですが、11月16日以降はキャンセルに対する払い戻しは致しかねますことを予めご了承ください。

③ 入金確認後、弊社よりメール、電話、FAXのいずれかにてご連絡いたします。入金後、3日以内弊社より連絡がない場合は、ご連絡ください。

問い合わせ、御質問に関しては 株式会社 ワンダーイヤーズ （担当：今井 啓介）

住所：〒814-0161 福岡市博多区中洲 5-3-8 アクア博多 5F TEL：092-287-9638

FAX：092-851-6862 担当携帯：090-8621-1434 MAIL：[info@w-years.com](mailto:info@w-years.com)