

あなたのスイミングフォームをチェック！！

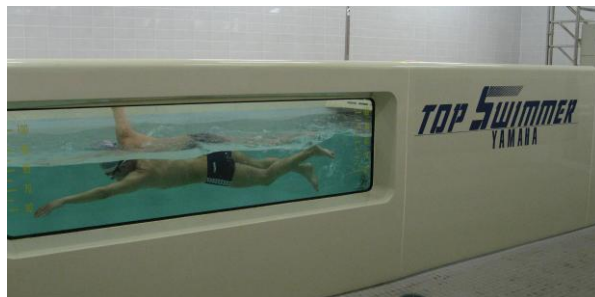
水泳・ワンポイントアドバイス

ご自身のスイミングフォームをご覧になったことがありますか？

この「ワンポイントアドバイス」は、スイムミルを使ってスイミングフォームを水泳指導員がアドバイスします。※ご要望に応じてフォーム撮影をします。(有料)

スイムミルとは？

一方向から機械によって作られた水流によって一定の場所で泳ぐことが可能なマシンです。



撮影方法は？

あなたの水泳フォームを横からと上からの2カ所から撮影します。

- **実施曜日** 1日(土)・3日(月)・7日(金)・10日(月)・14日(金)・15日(土)・17日(月)・21日(金)・24日(月)・28日(金)
- **実施時間** 月・金:[12:30~13:00][13:00~13:30]
(1回30分) 土:[11:00~11:30][11:30~12:00]
- **利用対象** 小学生以上、25M以上完泳できる泳力がある方
- **お申込み** 事前予約制(直接来館またはお電話にて予約を受付けています)
※予約は2日前までにお願いします。
- **料 金** ①2,550円(泳いでいる姿を撮影せず指導スタッフが見て、その場でアドバイス)
②7,550円(泳いでいる姿をスタッフカメラで撮影・映像購入とアドバイス)
※撮影前後でプールをご利用する際は、別途利用料(600円)がかかります
※利用対象者及び付添者によるスマホ等の撮影はできません。

【当日までの流れ】

- ①電話または、来館で希望コースを予約してください。
- ②当日、プールを利用するなどしてウォーミングアップ後、スイムミルで泳ぎます。
- ③フォームの撮影は横と上の2カ所から行います。
- ④所要時間は、泳ぎ、アドバイスを含め約30分です。

※ ワンポイントアドバイスは、1人につき1泳法まで、2泳法は別途料金が必要です。

※ スタッフカメラで撮影・購入した映像データは、後日CD-Rにして郵送します。



【お問い合わせ】 横浜市スポーツ医科学センター
電話番号:045-477-5774

