

令和7年度マリンスポーツ事前研修実施要項

1. 目的 マリンスポーツのルール及びマナーを身につけ、水及び舟艇に慣れることを目的とし、併せてマリンスポーツの普及・振興に努める。
2. 日時 令和7年7月29日（火）・30日（水）
12:30～14:30
3. 場所 石狩市B&G海洋センター（プール）
※2日間のうち、希望するいずれか1日の日程に参加してください。
4. 参加対象 市内小学4年～6年生 50名（先着順）
5. 服装 水着、水泳帽、ゴーグル、Tシャツ等、着替え、バスタオル、筆記用具等
※Tシャツは濡れても良い物を用意してください。

6. 日程

7/29.30

12:30 13:10

14:30

集 合	開 講 式	オリ エン テー シ ョ ン	準 備 体 操	実技	解 散
				【カヌー】 ・パドル基本操作、乗り・降り ・前進・後進、止まる、曲がる 【SUP】 ・パドル基本操作、乗り・降り ・前進・後進、止まる、曲がる 【水辺での安全活動体験】 ・着衣水泳 ・ライフジャケット浮遊体験 ・ペットボトル浮遊・ペットボトル救助など	

7. その他 健康管理には、各自十分注意して参加してください。