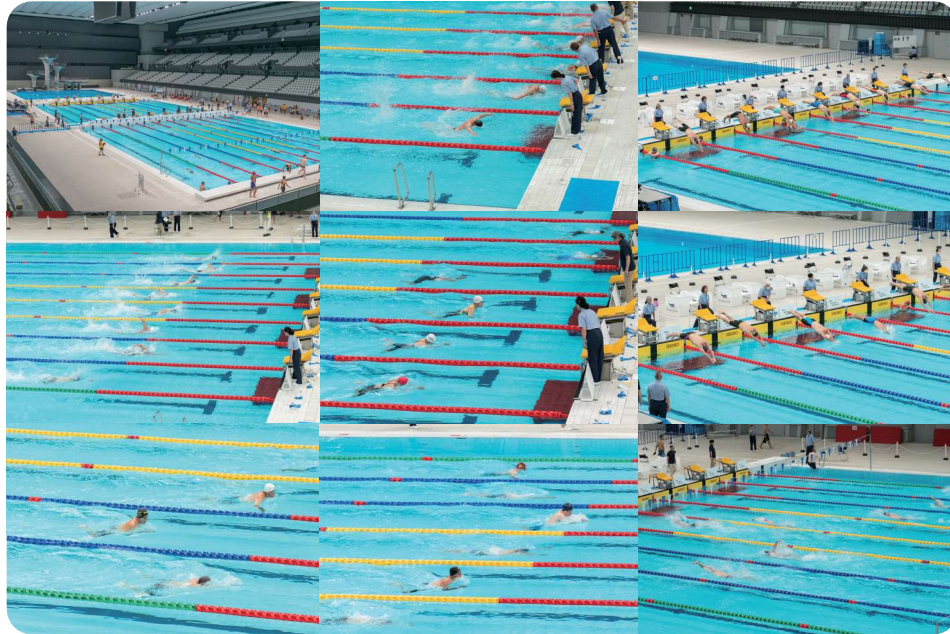


スポーツフェスティバル東京

2025年8月31日(日)に東京アクアティクスセンターにおいて令和7年度のスポーツフェスティバル東京(水泳競技)が開催され、練馬区から大勢の皆様が参加されました。



大会の様子



練馬区チームの皆様

スポーツフェスティバル東京 水泳競技会に参加して 山口 昌彦

練馬区チームの一員として参加させて頂きありがとうございました。三原台マスターズで皆川先生のご指導を仰ぎ練習を重ねた結果
25mクロール 14秒43 / 25mバタフライ 15秒91
の自己ベストを還暦で更新することができました。
これもひとえに朝日先生をはじめ練馬区水泳連盟の皆様にご指導ご支援いただいたおかげです。心より感謝申し上げます。
水泳は健康維持はもちろん精神面の向上にもつながる素晴らしいスポーツです。これからもみなさんと一緒に楽しく泳いでいきたいと思います。



泳力検定会

2025年9月28日(日)に大泉学園町体育館プールにおいて泳力検定会が開催されました。泳力検定とは、7級～1級までの各種目を日本水泳連盟競泳競技規則に違反しない泳ぎで基準タイム以内で完泳し、検定者に認められた者へ認定証と認定バッジを授与するものです。今回は小学生を中心に6歳～73歳まで、延べ約100名が各級にチャレンジされました。

泳力検定基準(日本水泳連盟 泳力検定基準表 による)

級	種目	内容
1級	200m個人メドレー	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳
2級	100m個人メドレー	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳
3級	4泳法50m	50m バタフライ、平泳ぎ、クロール、背泳ぎのうち1泳法
4級	4泳法25m	25m バタフライ、平泳ぎ、クロール、背泳ぎのうち1泳法
5級	4泳法25m	25m バタフライ、平泳ぎ、クロール、背泳ぎのうち1泳法
6級	4泳法25m	25m バタフライ、平泳ぎ、クロール、背泳ぎのうち1泳法
7級	4泳法25m	25m バタフライ、平泳ぎ、クロール、背泳ぎのうち1泳法



検定会の様子



水泳部紹介シリーズ #9 富士見中学校高等学校 水泳部

はじめまして。富士見中学校水泳部です。
私たちは現在、3年生11名・2年生14名・1年生11名の計36名で活動しています。週4日、校内地下にある25m×6コースの温水プールで放課後練習を行っています。高校水泳部と合同で練習しているため、上級生の泳ぎや姿勢から多くの学びと刺激を受けています。
部員それぞれが記録更新を目標に、泳法の改善や体力強化など、必要な課題に向き合いながら日々努力しています。また、一人ひとりが「富士見水泳部」というチームの一員であることを大切に考え、練習中は互いに声を掛け合いながら全員が一丸となって技術向上を目指しています。夏休みの合宿や年末のプール清掃も、仲間との信頼関係を深める重要なイベントです。大会や記録会では緊張感ある雰囲気を経験しますが、結果だけでなく振り返りと次の目標設定を大切にすることで普段の練習に繋げています。
来年度も粘り強く挑戦を続けていきます! 温かく見守っていただければ嬉しいです。



部員の皆さん(中学・高校)



プール(屋内温水プール)

大勢の中高生の皆さんが一生懸命練習に励まれており、とても活気があり、その雰囲気に圧倒されました。初心者コースもあり、誰でも安心して参加できます。施設は屋内温水プールで、1年中泳ぐことができ、とても恵まれた環境です。
(編集委員より)