

2026(第2回)初心者向け『大人の水泳教室』

～大人だって挑戦したいし、泳げるようになりたい!～

実施要項

- 1.目的 大人世代の皆様に、水と触れ合う快適さと『泳げるようになりたい』という楽しく挑戦する機会を設け、更には水泳・自転車・ランニングのトライアスロン種目に楽しく触れていただきながら、日頃の健康づくり等への貢献と、トライアスロンファミリーの拡大を目的とします。
- 2.主 催 石垣市トライアスロン協会
- 3.後 援 石垣市・一般社団法人石垣市体育協会
- 4.対象者 全日程に参加予定及び、水泳を行うにあたり健康上の問題がない成人男女で、
(1)秋に開催予定の『石垣島スプリントトライアスロン大会』に出場希望で、水泳競技に不安がある方。
(2)石垣市水泳選手権大会に出場希望で、水泳競技に不安がある方。
(3)息継ぎなどの動作が難しくて、50m泳げない方。
(4)泳ぎ自体に自信がないものの、今回の教室をきっかけに泳ぎに挑戦したい方。
- 5.定 員 20 名
- 6.募集期間 令和 8 年7月6日(月)～17日(金)
- 7.募集方法 別紙ポスターのQRコードを読み取り、必要事項をご入力ください。
(ご入力いただいた個人情報は、今教室及び保険加入のみに利用します)
- 8.受 講 料 6,000円(施設使用料・保険料・講師料)

【お振込先】

(金融機関名) 琉球銀行八重山支店

(口 座) 普通口座

(口座番号) 221054

(口座名義人) 石垣市トライアスロン協会会長 吉村安史

※お手数ですが、振込手数料はご負担ください

※7/21(火)までにお振込みください。お振込みが確認できない場合はお申込みキャンセルとなります。

※お振込み後、自己都合による返金はいりません。予めご了承ください。

9.スケジュール・講師

回	日	時 間	場所	講 師
1	7/24(金)	18:00~ 19:00	石垣市中央運動公園 水泳プール	石垣市トライアスロン協会普及部会
2	7/25(土)			○富崎義明
3	7/31(金)			(JSPO公認トライアスロンコーチ)
4	8/ 1(土)			○松山義範
5	8/ 7(金)			(JSPO公認トライアスロンコーチ)
6	8/ 8(土)			○小山豊
7	8/14(金)		南ぬ浜ビーチ	(八重山ライフセービング協会)
8	8/15(土)			他、石垣市トライアスロン協会員

10. 問い合わせ info.yta.ita@gmail.com

(件名に『大人の水泳教室について』と記入してください)

11. 注意事項
- (1) 自己都合や体調不良等により欠席する際は、下記メールアドレスまでご連絡ください(参加料の返金はありません)。また、教室開催時の体調に変化がありましたら、必ずスタッフまで申告してください
 - (2) 暑さ対策の水分等は、各自でご準備ください。
 - (3) 中央運動公園プールを使用する際は、専用使用ではありません。一般のご利用者の皆様へのご配慮をお願い致します。
 - (4) 教室開催時、負傷・事故・疾病等が発生した場合、主催者が契約している保険の範囲内での対応とします。
 - (5) 天候不順等により開催ができないと判断される場合は、八重山トライアスロン協会公式Instagram等にてお知らせいたします。
 - (6) 天候不順等で開催が4回未満の開催となった際は受講料の半額を返金しますが、5回以上の開催の際の返金はありません。予めご了承ください。
 - (7) 教室中の様子を撮影し、八重山(石垣市)トライアスロン協会公式Instagramや、地元紙等に提供することがあります。予めご了承ください。

2026(第2回) 初心者向け 大人の水泳教室

大人世代の
新しいチャレンジ!
泳げる喜びを
一緒に体験
しませんか?

～大人だって挑戦したいし、泳げるようになりたい!～



泳げるように
なりたい!



トライアスロンに
挑戦したい!



健康づくり・
体力づくりに!



初心者でも安心!
丁寧にサポート



開催期間 2026年 7月24日(金)～8月15日(土)【全8回】

時 間 毎週 金曜日・土曜日 **18:00～19:00**

会 場 石垣市中央運動公園 水泳プール (7/24・25・31・8/1・7・8)
南ぬ浜人工ビーチ (8/14・15)

対 象 全日程に参加予定で、水泳を行うにあたり健康上の問題がない成人男女

- ① 秋に開催予定の「石垣島スプリントトライアスロン大会」に出場希望で、水泳競技に不安がある方
- ② 石垣市水泳選手権大会に出場希望で、水泳競技に不安がある方
- ③ 息継ぎなどの動作が難しく、50m泳げない方
- ④ 泳ぎ自体に自信がないものの、今回の教室をきっかけに泳ぎに挑戦したい方

定 員 20名(先着順)

受講料 6,000円(施設使用料・保険料・講師料)

お申込み方法

スマートフォンでQRコードを読み取り、
申込フォームからお申込みください。

※ご入力いただいた個人情報は、
本教室および保険加入のみに利用します。

お申込みはこちら!

スマートフォンでQRコードを読み取り、
申込フォームからお申込みください。



募集期間

2026年
7月6日(月)～7月17日(金)

※ご入力いただいた個人情報は、
本教室および保険加入のみに利用します。

スケジュール(全8回)

回	日 程	場 所
1	7/24(金)	水泳プール
2	7/25(土)	水泳プール
3	7/31(金)	水泳プール
4	8/1(土)	水泳プール
5	8/7(金)	水泳プール
6	8/8(土)	水泳プール
7	8/14(金)	南ぬ浜人工ビーチ
8	8/15(土)	南ぬ浜人工ビーチ

※天候や状況により、内容・場所が変更になる場合があります。

講 師 (石垣市トライアスロン協会普及部)

- 宮崎 義明 (JSPO公認トライアスロンコーチ)
- 松山 義範 (JSPO公認トライアスロンコーチ)
- 小山 豊 (八重山ライフセービング協会代表)
- 石垣市トライアスロン協会員



注意事項

- ① 自己都合や体調不良等により欠席する際は、下記メールアドレスまでご連絡ください(参加料の返金はありません)。また、教室開催時の体調に変化がありましたら、必ずスタッフまで申告してください。
- ② 暑さ対策の水分等は、各自でご準備ください。
- ③ 中央運動公園プールを使用する際は、専用使用ではありません。一般のご利用者の皆様へのご配慮をお願い致します。
- ④ 教室開催時、負傷・事故・疾病等が発生した場合、主催者が契約している保険の範囲内での対応とします。
- ⑤ 天候不順等により開催ができないと判断される場合は、八重山トライアスロン協会公式Instagram等にてお知らせいたします。
- ⑥ 天候不順等で開催が4回未満の開催となった際は受講料の半額を返金しますが、5回以上の開催の際の返金はございません。予めご了承ください。
- ⑦ 教室中の様子を撮影し、八重山(石垣市)トライアスロン協会公式Instagramや、地元紙等に提供することがあります。予めご了承ください。

主催・問い合わせ

石垣市トライアスロン協会



info.yta.ita@gmail.com

件名に「大人の水泳教室について」と記入してください