

第一回 インクルーシブスイミング チャレンジカップ開催のお知らせ

なかい水泳予備校では、年齢・性別・障害の有無に関わらず、それぞれの「できた！」を応援する水泳チャレンジイベントを開催します。

「泳げるようになりたい」
「自分のペースで挑戦したい」
「タイムに挑戦したい」

そんな一人ひとりの挑戦を、水泳を通して応援するイベントです。

■ 開催期間

2026年7月1日（水）～8月31日（月）

※期間中、通常レッスン内で実施します

※開催期間内は、何度でもチャレンジ可能です

■ 参加対象

水泳に挑戦したい方

自分のペースで頑張りたい方

水の中で体を動かすことが好きな方

※年齢・泳力・障害の有無は問いません

※競技として公式大会に出場されている方は、本大会の趣旨に基づき対象外とします

■ チャレンジ内容

※各チャレンジ内容の詳細ルールにつきましては、別紙をご確認ください。

① 完泳チャレンジ

「まずは泳ぎきることを目標にしたチャレンジです。
順位を競うのではなく、“挑戦できたこと”を大切にします。
タイム測定は行いますので、自己ベスト更新を目指しましょう。

【種目】

水中歩行 12.5m

浮き具使用 12.5m／25m

ビート板使用 12.5m／25m

補助あり自由形 12.5m／25m

補助なし自由形 12.5m／25m

【参加賞】

ミニカップ

記録証

② タイムチャレンジ

タイムに挑戦するチャレンジです。

記録をもとに、

男女別・年齢区分ごとに順位を決定します。

【種目】

自由形 25m／50m

背泳ぎ 25m／50m

平泳ぎ 25m／50m

バタフライ 25m／50m

【区分】

幼児（男子・女子）

小学生低学年（男子・女子）

小学生中学年（男子・女子）

小学生高学年（男子・女子）

中学生（男子・女子）

高校生（男子・女子）

18歳以上（男子・女子）

【表彰】

各区分優勝者：カップ授与

参加者全員：表彰状授与

※タイムチャレンジの順位集計は、大会期間終了後に行います

■ 参加費

1,000 円（税込）

※2 種目まで参加可能

※お申し込み後の種目変更はできません

■ 申込期限

2026 年 6 月 28 日（日）

※記録カードの郵送準備があるため、期限までにお申し込みください。

■ 実施・サポートについて

・本イベントは、通常レッスン内で実施します。
担当講師が、審判・サポートを兼ねて行います。
また、公共プールを利用して実施するため、
他の利用者様への配慮を行いながら実施いたします。

・参加者一人ひとりの状況に合わせて、
安全面に配慮しながらサポートを行います。

■ 記録・写真について

イベントの様子を、写真・動画にて記録し、
SNS やホームページでご紹介させていただく場合があります。
顔出しについては任意です。ご希望されない場合は配慮いたします。
また、イベント終了後、簡単なお感想のご協力をお願いしております。

■ お申し込みについて

※お申し込み方法や大会終了までの流れにつきましては、
別紙をご確認ください。

主催：一般社団法人 日本水泳指導振興協会