

# 水上安全法救助員 I 養成講習 確認事項

## 申込・受講の前に必ずお読みください

### 受講に必要な泳力について

右記の泳力は参加に必要な条件です。講習ではそれ以上の達成目標を設けています。明らかに泳力が足りないと判断された場合は、講習開始後であっても、日程の途中で受講をご遠慮いただくことがあります。講習の安全確保と他の受講者の迷惑にならないための措置ですのでご理解下さい。受講費は返金されません。

- ・クロールおよび平泳ぎ ともに100m以上
- ・クロールまたは平泳ぎ 連続500m以上
- ・横泳ぎ 25m以上
- ・立ち泳ぎ 3分以上（手を使わずに）
- ・潜行 15m以上（潜ったまま水平方向に）
- ・1m以上の高さからの飛込み

### 水着について

#### ○かりゆしビーチホテル 会場

レジャー用の水着・ラッシュガードも着用可です。

ただし、できるかぎり体にフィットしているものを着用して下さい。ゆとりの大きい水着は体力の消耗が激しく、本講習に適しません。ウェットスーツ生地の水着は使用できません。タトゥー等は露出しないよう配慮して下さい。

#### ○奥武山公園プール 会場

**競泳（トレーニング）用水着・水泳キャップ着用厳守**です。

公式競技用プールの為、体に密着する水着・ラッシュガードを着用して下さい。（下参照）レジャー用水着の着用は一切認めません。また、水着の貸出はございません。タトゥー等は露出しないよう配慮して下さい。

#### 着用可

競泳用  
トレーニング用



身体に密着  
するラッシュ



#### 着用不可

サーフパンツなど  
細身のデザインでも不可



ゆとりが大きいラッシュ  
ポケットやフード付



ウェットスーツ・  
同素材の水着



奥武山会場にて細身のサーフパンツ等で受講しようとする方が散見されますが、受講を辞退いただいております。講習開始後は替えの水着を手配する時間がないため、そのまま受講できなくなってしまいますのでくれぐれもご注意下さい。