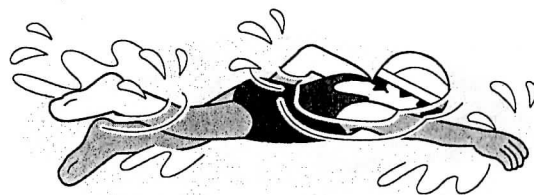


学ぶもの多い 水泳を全力で 「練習でもフォームに意識して、全力で取り組んでいきたい。」

若者コーナー



学ぶもの多い
水泳を全力で

松本晴奈13 中学生

(荒尾市)

私は、荒尾水泳教室と

いう水泳のクラブチームに所属しています。水泳を始めたきっかけは、姉の影響と、丈夫な体をつくるため、5歳のときに始めました。しかし、今では丈夫な体をつくることだけでなく、自己ベスト更新や、大会での入賞を目標に頑張っています。

練習はほぼ毎日あり、2時間でおおよそ4千回から6千回泳ぎます。私は、水泳をすることで体だけでなく、心も鍛えられました。最後のひとかきま

で力を抜かないことだったり、自分の泳ぎの悪いところを見つけ、それを改善することだったり、水泳をすることで学ぶことはたくさんありました。

これからは、自分の苦手な種目のフォームを改善して、4種目を完璧に泳げるように頑張ります。また、いろいろな大会で結果を残せるように練習でもフォームに意識して、全力で取り組んでいきたいです。

～最後のひとかきまで力を抜かない～
～自分の泳ぎを改善する～