



マスターズスイムクリニック 2025

ミズノスイムコーチ 星奈津美さんに学ぶ！ 体力を浪費しない、バタフライの泳法改善

「ジャパンマスターズスプリント 2025 WEST」の1日目終了後、インフロニア草津アクアティクスセンターでスイムクリニックを開催します。

今回のゲスト講師は、現在 200mバタフライの日本記録保持者で、オリンピック2大会連続で銅メダルを獲得した、ミズノスイムコーチ **星奈津美（ほし なつみ）さん**にご指導いただきます。

星さんの経験と実績から、キックとプルの連動により効率的にバタフライを泳ぐ秘訣や、ダイナミックで力強く、ゆったりとした大きなフォームをつくる泳法を学んでいただき、体力を浪費しないバタフライを目指します！クリニック後半にはスタートからゴールまで実際の競技形式で泳いでいただきます。

この機会に是非ご参加ください。

講 師

星 奈津美 さん

オリンピック3大会連続出場。

16歳で患ったバセドウ病の為に一時的に競技を離れるも苦難を乗り越え、2012年ロンドン・2016年リオデジャネイロと2大会連続200mバタフライで銅メダルを獲得。現在は、2023年より全盲のpara競泳木村敬一選手のバタフライのフォームコーチに就任。木村選手のタッパーを務めパリパラリンピック金メダル2個の獲得に尽力した。その傍ら講演や水泳教室、アニマルドネーションの介在犬アンバサダー活動を行なうなど活躍の場も広がっている。



日 時：2025年11月15日（土）

受	付	15:15～
クリニック		16:00～17:20
終	了	17:30

場 所：インフロニア草津アクアティクスセンター サブプール（25m）

対 象 者：日本マスターズ水泳協会競技者登録をされている方

ジャパンマスターズスプリント大会に出場されていなくてもご参加いただけます。

定 員：30名

申込方法：日本マスターズ水泳協会会員ページ【大会申し込み】よりお申し込みください。

受付期間：2025年10月27日（月）～11月7日（金）

※定員になり次第締め切らせていただきます。

参 加 費：3,000円

※クリニック当日に受付でお支払いいただきます。