

## 7月訓練案内

日 時 7月2日(日) 9:30~15:30  
訓練内容 水泳・手旗訓練  
場 所 牟呂小学校  
持ち物 通常訓練装備、汗拭きタオル、水筒、プールの用意

日 時 7月23日(日) 9:30~15:30  
訓練内容 水泳・手旗訓練  
場 所 牟呂小学校  
持ち物 通常訓練装備、汗拭きタオル、水筒、プールの用意

## 特別訓練

日 時 7月17日(月祝) 9:30~**16:00**  
訓練内容 豊橋港祭り参加  
場 所 豊橋港 カメラ周辺  
持ち物 通常訓練装備(昼食不要)、汗拭きタオル、水筒  
その他 車の駐車場所はライフポートになります。  
※会場付近まで送迎はできません。駐車の場合はライフポートへお願いします。

## 大会直前強化訓練

訓練日 15日(土)、16日(日)、22日(土)、29日(土)、30日(日)  
場 所 海洋クラブ  
時 間 13:30~17:00  
内 容 手旗・結索強化訓練  
持ち物 手旗・結索用意、団帽、水筒(※私服で可)  
その他 できるだけ公共交通機関をつかい集合しましょう!