

水泳部

「東海大会出場」を目標に練習しています。

水泳の基本は、ストリームラインです。ストリームラインを徹底して作るために、プールの中で実際に泳ぐ練習だけでなく、体幹（腹背筋）トレーニングを中心に、ランニングやチューブ引きなどの練習もしています。

<シーズン中（5～9月）>

校内 25m プールでの練習がメインとなりますが、週末は 50m プール（長良川スイミングプラザ、大垣商など）に遠征することもあります。現在、平日のうち 2 日間は武義高校水泳部との合同で練習を行っています。

<シーズン外（10～4月）>

週末は関市内のコパン関さんで水中練習をし、通常は学校でトレーニングをしています。

| | |
|------------------|---|
| 年間計画 (参加予定大会) | 4月 室内春季選手権 5月 6月 県総体 7月 県選手権など 8月 地区総体など 9月 新人戦 10月 県スプリント大会 11月 短水路水泳競技記録会 12月 1月 2月 室内水泳競技記録会 3月 |
|------------------|---|