

THE AMERICAN DREAM

アメリカの水泳テクニックを学ぼう!



1

パーソナルレッスン

日本語・英語とバイリンガルのケビンが指導!
世界で通用するアスリートを目指そう!

2

自己ベストの更新を目指そう

ゴールシートを元に
実際のレースプランと一緒に考えよう!

3

アメリカのテクニックを学ぼう

オリンピックコーチから学んだ
楽しくてやりがいのあるドリルを伝授

開催日： 12月

18. 19. 25. 26 (SAT/SUN)

ケビン・リザーランド



PROFILE

ケビン中村リザーランド



種目:自由形、個人メドレー
生年月日:1995年8月24日
出身地:兵庫県
出身校:ジョージア大学 (アメリカ)

【主な成績】
元アメリカ代表
800m自由形で州の記録保持者
2012年のオリンピック選考会出場
2016年のオリンピック選考会ファイナリスト



主な指導実績

エボリューションスイムアカデミー(アメリカ)で指導。
高校生(12~16歳)をアメリカのジュニアオリンピックに出場させた。

本人コメント

僕が水泳が好きになった理由は苦しい練習だけではなく、友達と一緒に練習をして切磋琢磨して頑張ることができたからです。その経験から、ユニークなスタイルをレッスンに取り入れたいと思っています。
子供から大人の方まで是非ご参加ください!



THE AMERICAN DREAM

LET'S WORK ON OUR SWIM TECHNIQUE!



1

English / Japanese Conversation

Improve your linguistic abilities through the sport of swimming

2

Improve your Personal Best Times

Brainstorm with Kevin on how to build a goal sheet and improve your speed.

3

Learn Technique Drills Used by Top Olympians

Original KITAJIMAQUATICS program based on Kevin's experience under US Olympic coaches

Date&Time :

December

18. 19. 25. 26 (SAT/SUN)

Kevin Litherland



PROFILE

KEVIN LITHERLAND



Specialty: Freestyle and IM

Birthday: 08/24/1995

Born: Hyogo

Education: The University of Georgia

【Achievements】

United States National Team representative

800m freestyle State Record Holder

Participated in the 2012 Olympic Trials

2016 Olympic Trials Finalists

