



## JANUARY EVENTS

- ・5-6日  
西日暮里短期教室
- ・10日-11日  
水球春季J0予選会
- ・12日  
年始マスターズ強化練習会
- ・17-18日  
LIFESAVING  
全日本JYMプール大会in静岡
- ・24-25日  
体験レッス



## TOPIC

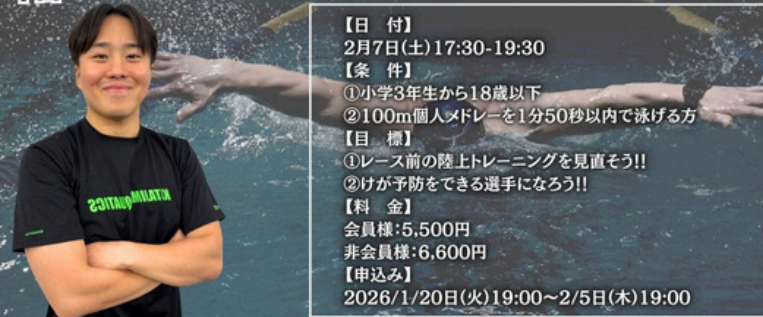
けがをしない選手を目指す!

陸上トレーニング

&amp;

水中特別レッスン

中田



【日 付】  
2月7日(土) 17:30-19:30  
【条 件】  
①小学3年生から18歳以下  
②100m個人メドレーを1分50秒以内で泳げる方  
【目 標】  
①レース前の陸上トレーニングを見直そう!!  
②けが予防のできる選手になろう!!  
【料 金】  
会員様:5,500円  
非会員様:6,600円  
【申込み】  
2026/1/20日(火)19:00~2/5日(木)19:00

## NEXT EVENTS

- ・2月7日 **[KIDS]**  
けが予防、陸上トレーニング  
特別レッスン キッズ編
- ・2月11日 **[ADULT]**  
マスターズ練習会
- ・2月15日 **[KIDS]** **[ADULT]**  
青木玲緒樹さん  
スペシャルスイムイベント
- ・2月15日 **[KIDS]**  
台湾合同練習



吉田コーチが監督を務める

TOKYO Frog Kings 水球チーム

春季J0の本戦出場が決定しました!

1月10日-11日に開催された春季J0関東予選会に出場し、見事出場権を獲得しました。  
夏季は惜しくも逃した本戦出場。その悔しさをバネに練習を重ねてきました。  
本戦は3/26~3/30に千葉国際総合水泳場で開催です👏  
チームの目標は「メダル獲得!!」  
創立1年で初のJ0本戦! チーム一丸となって全力で臨みます!  
ぜひ応援に来てください!

## PICKUP



## STAFF



菊田コーチ(きくちゃん)MBTI: INTP(論理学者)

生年月日: 1988/1/8

種  
成  
出  
特  
趣

目: 自由形

績: 15mは日本一

身: 神奈川県

技: ワンピース博士

味: 映画鑑賞🎬

居酒屋巡り🍷

最近御城印集め始めました

## LESSON INFORMATION

【不定期】

マスターズ練習会



参加者募集!

【対象】  
50mクロールを50秒以内で泳げる方  
18歳以上(高校生を含まない)

【料金】  
会 員: 2,000円  
非会員: 2,500円

【場所】  
三軒茶屋、日大豊山、武蔵の森

【申込み】  
Live Pocket

【チャッピーに聞いてみた  
きくちゃんてどんな人?】  
水泳の話になると急に真剣。  
「なんでそうなるの?」を考えるのが好き。  
普段はわりとゆるめで、話しかけられると普通に喜ぶタイプ。

## 【きくちゃんの構成成分】

40%: ワンピース

30%: お酒

20%: 映画

10%: ゲーム

