



秋田県支部

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

- ・開催要項の受講資格要件を再度ご確認ください。
- ・19日（1日目）は9時までに2階会議室に集合し、受付を済ませてください。教材費として2,200円を頂戴いたします。
- ・21日（3日目）に着衣泳を実施します。着衣泳のための衣類（厚手の長袖・長ズボンでキレイなもの）・スニーカー（汚れのないもの）を当日ご持参ください。
- ・19日（1日目）の実技「救助の基本」において、「逆あおり」の実習がございます。当日に説明・練習時間を設けますが、救助のための特別な泳法となりますので、事前に泳法をご確認いただき、必要に応じて練習をお願いいたします。

※参考動画：YouTube【日本赤十字社東京都支部 公式チャンネル】
水上安全法 救助に必要な泳法・自己保全