



持久的  
泳力の  
認定制度

## 命を守る 30分完泳



水難事故に遭遇した際、自己の身を守るために最も大事なことは冷静に安全を確保することです。持久的泳力を身につけることでパニックにならない自信を培い、安全を確保できる環境まで命をつなぐことができるようになります。そこで、一般社団法人日本スイミングクラブ協会は、有事の際の安全確保を目的として、持久的泳力の認定制度「命を守る30分完泳」を実施しております。



日頃練習しているプールで、止まらず、つかまらずどこまで泳ぎ続けることができるか！  
**君も挑戦してみよう！**