

スノーケリングは楽しい

お友達と

海の中をのぞいてみよう

お父さんお母さんと一緒に

講習を受けよう

スノーケリング5つのポイント

- ①スノーケリング4点セットを必ず使用しましょう。浮力体を装着しましょう。
- ②公認指導員から指導を受けて、Cカードを携帯しましょう。
- ③水中に潜らないようにしましょう。
- ④バディ&グループで行動しましょう。
- ⑤日本スノーケリング協会推奨器材を使用しましょう。

スノーケリングとは

スノーケリング(Snorkeling)とは、主に水中マスク、スノーケル、フィン(足ヒレ)、スノーケリング ジャケットもしくはウエットスーツ(浮力体)、といった「スノーケリング四点セット」を用い、水面での浮力を十分に確保しつつ、水面上を漂うようにして移動し、口にくわえたスノーケル(パイプ状の呼吸管)を通して呼吸活動を継続しながら、水面下に没することなく水中の様子を観察する活動のことを示します。

「まるで水族館の中に入り込んでしまったみたい……!!」という言葉も、必ず聞くことができます。

水中に潜る必要もなく、ゆったりと水面に身体を浮かせたまま、マスク、スノーケル、フィン、ジャケットの四点セットを正しく使いこなすだけで、無理なく水中の世界に親しみながら、人にやさしく、地球にやさしいスポーツを楽しむことができます。

JSA

一般財団法人社会スポーツセンター
日本スノーケリング協会 (Japan Snorkeling Association)

〒206-0003 東京都多摩市東寺方647

TEL 042-375-1630 FAX 042-375-3374

email: sscinfo@shakai-sc.or.jp http://www.shakai-sc.or.jp/