

游泳班宣传海报 游泳活动方案(大全6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

游泳班宣传海报篇一

一、活动目的：

- 1、提高酒店员工的积极性和凝聚力。
- 2、激发酒店员工的'体育精神。

二、比赛时间、地点：

201x年6月日26日下午14:30；酒店室外游泳池。

三、比赛组别：

比赛分女子个人组比赛、男子个人组比赛、团体组接力比赛

（团体组分为：第一组：餐饮部

第二组：房务部

第三组：球会部

第四组：工程部

第五组：保安部

第六组：营销部+财务部+人事部

请以上各部门选拔4人参加团体接力(男女不限)，并设一名候补人员。各部门需成立啦啦队，为所在部门的参赛者加油助威，并设计独特口号。

四、活动流程：

1、参赛人员于规定时间到场、检录、抽签分组

2、分组比赛（比赛排程顺序如下）

a.女子个人组 b.男子个人组 c.团体接力组

3、计时统计排名

4、公布比赛成绩

五、奖项设置：

个人组：男子冠军、亚军、季军奖，女子冠军、亚军、季军奖，各设一名。团体组：团体冠军、亚军、季军奖，各设一名。

奖品：个人组：

冠军：冠军证书、奖励rmb300酒店房券一张（含双早）

亚军：亚军证书、奖励rmb200酒店房券一张（含双早）

季军：季军证书、奖励rmb100酒店房券一张（含双早）

团体组：

冠军组：冠军证书、酒店群英会免费消费1000，免场地费一次。

亚军组：亚军证书、酒店群英会免费消费800，免场地费一次。

季军组：季军证书、酒店群英会免费消费500，免场地费一次。

六、参赛方法：

1、参赛对象：酒店全体员工。

2、报名方式：于23号前把名单交至人力资源部，欢饮大家踊跃报名。

七、比赛规则：

1、个人赛赛程为50米。（赛道为25米，往返为一个赛程），最短时间内达到终点触线者为胜。

2、团体赛四人接力，每人赛程50米，一人到达终点触线后，由下一名队员接力。四人游完全程总计时最短的一组为获胜方。

3、不限游泳花式，可自由泳，蛙泳，蝶泳等。比赛采用计时排名方式。

4、裁判宣喊入场参赛人员备场三次未到场者，视为自动弃权。

5、如遇意外受伤、体力不支、感觉不适无法完成比赛时，参赛人员可以选择退出比赛。6、在比赛的过程中，出现争议或其它特殊情况，由裁判组进行商量裁定。

八、参赛须知：

1、参加比赛的所有人员必须身体健康，凡有高血压、心脏病等不适宜进行游泳运动的人员不得报名参加，如有隐瞒后果自负。

2、凡参赛的人员请赛前注意饮食和休息，保持良好的身体和精神状态，并在赛前做好热身运动。

3、组委会在比赛现场提供紧急医疗救助服务，参赛者如有不适应及时寻求帮助。

4、参赛人员须遵守赛事承办地的管理规则，服从活动组织者的安排。

5、参赛者在比赛中有义务相互监督，相互激励，如遇有参赛人员受伤或突发疾病时，应及时施援并立即通知工作人员。自觉爱护环境，高度注意安全，泳池高度有限，请勿跳水。

主办部门:人力资源部&温泉部

制定部门:

复核:

批准:

游泳班宣传海报篇二

趣味体育运动是一项将传统体育运动的竞技比赛和能引起人的兴趣的趣味活动融合形成的一项新兴运动。它是介于体育运动及趣味游戏之间的一项趣味竞技相结合的社会运动，我们善于把趣味运动和同学们的某方面的学习的需求进行融合，使它同时具备了体育、文化、趣味、智力等元素，并增强了传统体育的趣味性和观赏性。

同时，这也符合我们国家倡导全民运动健身的时代主旋律！

一方面它是一项非常适合各位同学一起开展的活动，因为它比一般的体育运动更具趣味性及凝聚力，能更好的把校园文化渗透到每位同学的心中，增进同学与同学之间的亲密感，从中既获得快乐又能增强同学们的集体荣誉感和团结协作的精神。另一方面它也具有强身健体的作用，对于埋头学习或者游戏的大学生来说更具吸引力。

它的竞技性、趣味性及观赏性带给同学们另一种新奇，容易使整个活动形成兴奋、热烈、互动的气氛，还能使同学们的某些能力得到进一步的锻炼。展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情。在这个充满活力与光明的时代，有挑战才有财富。让大家感受到健身快乐，游戏快乐happyeveryday!

20xx年12月17日

团委社会实践部、模具1236班、模具1134

赛出你的风采，让我们一起开怀！

学校田径场塑胶跑道

(一)前期准备

- 1、做好宣传让每个人能够积极参加；
- 2、做好报名工作并进行分组且规定参赛的最多人数；
- 3、召集三个班的负责人开一个会议说明比赛规则；
- 4、准备好比赛所需用品八个篮球、八个足球、八个排球、八根跳绳；

(二)活动进行

- 2、每隔25米站一个人，来回跑接力最后一个人跑完一圈回到终点；
- 3、第一次由每个人拍篮球先在一百米内来回跑两次，最后一个人拍着篮球跑完一圈；
- 4、第二次由每个人掂着排球先在一百米内来回跑两次，最后一个人抱着排球跑完一圈；
- 5、第三次由每个人踢着足球先在一百米内来回跑两次，最后一个人踢着足球跑完一圈；
- 6、第四次由每个人边跳绳边跑完一百米内的两个来回最后一个人跳着绳跑完一圈；
- 8、最后由计时裁判宣布比赛结果，并为获胜方颁发奖品，同时合影留念；

(三)活动后期

- 1、班级人员，最后把物品归还给相关人员。
- 2、体委把同学有序带出操场，小心路滑。
- 1、安全问题活动时要做好准备运动防止运动时韧带拉伤；
- 3、要提前买一些创可贴防止有人跌伤能及时处理；
- 4、组织人员要做好签到工作同时要在最后清理好现场卫生；

省略

省略

游泳班宣传海报篇三

安全问题是举办大型活动的重要环节。为了确保本次活动安全而又顺利的进行，特制定以下安全预案。

为了应对突发事件，游泳馆内设有若干名救生员，这些救生员将在游泳比赛期间全权负责馆内的安全问题。一旦出现险情，救生员将在第一时间下水救助。

我们本着促进友谊，切磋技艺的方针，尽我们一切的能力办好本次比赛。

游泳班宣传海报篇四

1、提高酒店员工的积极性和凝聚力。

2、激发酒店员工的体育精神。

20xx年6月日26日下午14：30；酒店室外游泳池。

比赛分女子个人组比赛、男子个人组比赛、团体组接力比赛

（团体组分为：第一组：餐饮部

第二组：房务部

第三组：球会部

第四组：工程部

第五组：保安部

第六组：营销部+财务部+人事部

请以上各部门选拔4人参加团体接力(男女不限)，并设一名候补人员。各部门需成立啦啦队，为所在部门的参赛者加油助威，并设计独特口号。

1、参赛人员于规定时间到场、检录、抽签分组

2、分组比赛（比赛排程顺序如下）

a.女子个人组

b.男子个人组

c.团体接力组

3、计时统计排名

4、公布比赛成绩

个人组：男子冠军、亚军、季军奖，女子冠军、亚军、季军奖，各设一名。团体组：团体冠军、亚军、季军奖，各设一名。

奖品：个人组：

冠军：冠军证书、奖励rmb300酒店房券一张（含双早）

亚军：亚军证书、奖励rmb200酒店房券一张（含双早）

季军：季军证书、奖励rmb100酒店房券一张（含双早）

团体组：

冠军组：冠军证书、酒店群英会免费消费1000，免场地费一次。

亚军组：亚军证书、酒店群英会免费消费800，免场地费一次。

季军组：季军证书、酒店群英会免费消费500，免场地费一次。

1、参赛对象：酒店全体员工。

2、报名方式：于23号前把名单交至人力资源部，欢饮大家踊跃报名。

1、个人赛赛程为50米。（赛道为25米，往返为一个赛程），最短时间内达到终点触线者为胜。

2、团体赛四人接力，每人赛程50米，一人到达终点触线后，由下一名队员接力。四人游完全程总计时最短的一组为获胜方。

3、不限游泳花式，可自由泳，蛙泳，蝶泳等。比赛采用计时排名方式。

4、裁判宣喊入场参赛人员备场三次未到场者，视为自动弃权。

5、如遇意外受伤、体力不支、感觉不适无法完成比赛时，参赛人员可以选择退出比赛。6、在比赛的过程中，出现争议或其它特殊情况，由裁判组进行商量裁定。

1、参加比赛的所有人员必须身体健康，凡有高血压、心脏病等不适宜进行游泳运动的人员不得报名参加，如有隐瞒后果自负。

2、凡参赛的人员请赛前注意饮食和休息，保持良好的身体和精神状态，并在赛前做好热身运动。

3、组委会在比赛现场提供紧急医疗救助服务，参赛者如有不适应及时寻求帮助。

4、参赛人员须遵守赛事承办地的管理规则，服从活动组织者的安排。

5、参赛者在比赛中有义务相互监督，相互激励，如遇有参赛人员受伤或突发疾病时，应及时施援并立即通知工作人员。自觉爱护环境，高度注意安全，泳池高度有限，请勿跳水。

游泳班宣传海报篇五

为进一步落实随州市“全民健身活动”精神，推动全民健身运动的深入开展，丰富广大市民的业余文化生活，营造健康和谐生活环境，倡导文明向上的生活方式。

趣味游泳比赛活动

20xx年8月18日下午3点

(一)趣味游泳比赛项目：

1、池底捞宝(每组2人)

主持人向比赛区域中央投入若干宝贝。发令后，参赛者比赛区域四个角下水，潜入池底搜寻，在规定的时间内(3分钟)捞到宝贝多者为胜。

2、齐心协力向前冲

齐心协力向前冲队员3人，以家庭为单位，父亲母亲和一名孩子共3人。父母年龄不限，孩子限定年龄6—16岁，赛程100米。

三人从泳池起点开始，三人牵手到对岸后上岸(可游可走可带游泳圈)，先到者为胜。三人牵手到对岸前不能有家庭成员落伍，否则不计成绩;以最后一人手触池边为完成比赛。比赛过程中不能拉扯水道线。

3、猪八戒背媳妇

本项目队员2人。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

男主人将自家的“媳妇”放在游泳圈中，看谁最快把自家的“媳妇”从起点送到终点。比赛过程中不能拉扯水道线。

4、旱鸭子游泳比赛

本项目仅限女子参赛。赛程100米，从深水区到浅水区进行。

参赛选手会不会游泳都可以，最好是不会游泳的，参赛选手必须将游泳圈套在身上或者手扶在游泳圈上，看谁先从起点游到终点。参赛选手不得拉动水道线前进。

参赛选手检录入场，在休息区等待比赛开始。

1、池底捞宝。每次下水四组参加比赛，主持人发令后计时裁判开始计时，计时结束后停止捞宝，计时结束后所捞宝贝不计入成绩。

2、齐心协力向前冲。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

3、猪八戒背媳妇。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该组成绩。

4、旱鸭子游泳比赛。赛程100米，每次四组参加比赛，使用6、7、8、9赛道，主持人发令后计时裁判开始计时，比赛开始，

每组最后一名选手触壁后停止计时，全部比赛结束后取前八名最好成绩。若计时裁判发现有选手犯规，则取消该选手成绩。

5、统计成绩，主持人宣布比赛结束，颁发奖品。

6、活动结束。

(一) 奖项

1、趣味游泳每项比赛按名次取前八名。不足八组的去掉最后一名

(二) 奖品

一等奖：奖励一中游泳馆门票30张(价值450元)。

二等奖：奖励一中游泳馆门票20张(价值300元)。

三等奖：奖励一中游泳馆门票15张(价值225元)。

四至八名：奖励一中游泳馆门票10张(价值150元)。

颁奖方式：现场颁奖。

1、欲报名者请到本游泳馆检票处填写报名信息或登录俱乐部网址填写报名信息。

2、参赛选手不收报名费，只需购买10元门票一张即可，每人最多可报三项。

3、每位参赛者自备泳镜、泳衣、泳帽。

4、参赛时自觉遵守比赛规则和现场人员的'指挥。

- 5、参加者要求身体健康，没有不适宜参加游泳活动的疾病。
- 6、神农飞鱼游泳俱乐部拥有本次活动的最终解释权。
- 7、有任何问题请咨询

游泳班宣传海报篇六

- 1、当发令员发出“各就位“的口令后，运动员应做好出发准备，运动员在听到“出发信号“（鸣枪，鸣哨）后才能做出发动作。
- 2、采用水中出发。
- 3、运动员必须一手或双手接触出发台。
- 4、出发后，运动员潜泳距离不得超过15米，在15米前运动员的头必须露出水面。

二、自由泳

- 1、自由泳比赛中，可采用任何游泳形式。
- 2、到达终点时，可用身体任何部分触池壁。

三、接力比赛

接力比赛中，前一名运动员触及池壁后，下一名运动员才可离台出发。要求泳池西边的运动员必须从岸上出发，南边的运动员要从水中出发。男女队员的顺序可自由搭配。