

習い事で人気があるスイミング。その理由は、水泳がとてまバランスがとれたスポーツだからです。水の中だから身体の負担やケガの心配も少なく、全身を鍛えることができるのです。また、体力をつけるだけでなくプールの出入りで皮膚も丈夫になり、呼吸筋も活発に動かすので喘息の方にもすすめられています。それだけでなく、神経系が発達する幼少年期の脳をつくることにも役立ちます。泳ぎを始めるのにも最も適したこの時期に、スイミングデビューしてみませんか？

水の中ですが できない ことがある。

1 スイミングはココがすごい!!

身体に
負担の少ない
全身運動

2 スイミングはココがすごい!!

心肺機能・
皮膚や免疫力
の強化

3 スイミングはココがすごい!!

0歳から
スタートできる
安全さ

5 スイミングはココがすごい!!

泳げることは
一生の宝物

4 スイミングはココがすごい!!

脳の発達
にも
効果あり

春休み短期水泳教室開催!!

00/00 (土) → 00/00 (土)

短期教室申込みと
同時にご入会すると...

入会金 (通常0,000円)

0円

●●●●スイミングスクール

〒000-0000 ●●●市●●●●●●●●

☎ 000-000-0000

地図

<http://www.swimming.co.jp>

●●●スイミング 🔍 検索