

○月○日(月)～○月○日(月)

秋の1ヶ月体験

水泳は、心も体も鍛える事ができる、バランスの良いスポーツです。
お子様の素敵な笑顔が、きっと見られるはずですよ。
まずは1ヶ月体験から、ぜひ〇〇〇〇へおこし下さい。

スイミングの
嬉しい
7つの
効果!!

ぜんそくの 改善効果

呼吸筋が活発に
なることで
心肺機能が
強化される

①



水中では 運動量が アップ

水泳は陸上
運動の4～
10倍の負荷

②

風邪を ひきにくい カラダを作る。

体温調節機能が
強化され、
丈夫な
カラダへ成長

③



神経系の 発達は5歳で 成人の80%

この頃の子どもの
成長は著しく
神経系が発達

④



水泳は成長に 適した運動!

浮力の働きで、
体重が陸上の
1/10に軽減し全身を
動かすことができる。

⑤



基礎体力や 免疫力の向上

呼吸筋や
循環器機能など、
全身の筋力を
バランスよく鍛える

⑥



水中は 三次元運動

三次元の世界が
バランス
感覚や脳の
発達を促進

⑦

ほくもっともっし
強くなるよ。

入会特典 体験教室参加後にご入会いただくと...

入会金
初月度月会費 **0円** + 指定用品
プレゼント!
(水着・帽子・バッグ)

●●●●スイミングクラブ

TEL.000-000-0000

〒000-0000〇〇〇市〇〇〇〇〇〇

営業時間 ◆ 月～金 00:00～00:00 / 土・祝 00:00～00:00 / 日 00:00～00:00 休館日 ◆ 〇曜日

http://www.0000000.com

〇〇〇〇スイミングクラブ

検索

地図

QR