全身運動で、体力・筋力・持久力の
向上と、運動センスが身に付く！

**水中では
運動量がアップ！**

陸上運動の
4〜10倍の負荷

**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

**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

スイミングには運動の基礎がぎゅぎゅっ！とつまってる！

これからいろんなスポーツに
挑戦するキミにぴったり！

秋の入会キャンペーン

0/00（◯）まで

入会金 0円

さらに スクール指定用品 プレゼント

●●●●●スイミング

TEL.000-000-0000

〒000-0000

○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

《営業時間》月〜金 00:00〜00:00　日・祝 00:00〜00:00

《休館日》土曜日

無料見学随時受付中

くわしくはWEBをチェック！

http://www.xxxxxxxxxxxx.00000

○○○○○○スイミング

QR