

水泳の効果で強くなる!
ココがすごい!

**内臓までも
筋力アップ!**

水圧に抵抗して動くことで、手足から腹筋、背筋、内臓、体のすべての筋肉が鍛えられます。

**喘息にも
効果大!**

循環器系の機能も向上でき、呼吸も規則正しく行えるので、気管をしっかりと鍛えられます。

**頭が
良くなる!**

学習面に深い係わりのある前頭前野は、質の高い運動を行うと、どんどん活発になります。

いっしょに遊ぼう!



水はんが
こわくない!!



水泳で強くなるよ!

秋の
9/00(月)~00(日)
入会キャンペーン

体験後
入会すると

入会金+
事務手数料

0
ダブルゼロ

(水着・キャップ)
**指定用品
+ プレゼント**

0000 スイミングクラブ

TEL 000-0000-000