0月・0月

夏の1カ月体験開催!

0/0(●)より申し込みスタート!

●●●スイミングスクール

本科コースのご案内

ベビーコース
0ヶ月〜0歳

親子のスキンシップで愛情が深まります。
子育ての相談など交流も楽しいです。

練習日	○曜 00:00〜00:00 ○曜 00:00〜00:00
月会費	週0回 0,000円(税込) 週0回 0,000円(税込)

幼児コース
0歳〜0歳

水が怖いお子さまも、水遊びから徐々に、
無理なく楽しく水に慣れていきます。

練習日	○曜 00:00〜00:00 ○曜 00:00〜00:00
月会費	週0回 0,000円(税込) 週0回 0,000円(税込)

ジュニアコース
0歳〜0歳

進級テストで達成感を味わいながら、
正しい泳ぎ方を身に付けていきます。

練習日	○曜 00:00〜00:00 ○曜 00:00〜00:00
月会費	週0回 0,000円(税込) 週0回 0,000円(税込)

選手コース
4泳法を習得したお子さま

スポーツマンシップも養いながら、
基礎をしっかり指導していきます。

練習日	○曜 00:00〜00:00 ○曜 00:00〜00:00
月会費	週0回 0,000円(税込) 週0回 0,000円(税込)

体験の流れ

集合・受付	00分前には、スイミングスクールへ来てください。「担当コーチは誰かな??」
ロッカー着替え	受付後は、ロッカーへ移動してください。水着・帽子に着替えて、プールまでタオルを持ってきてください。
準備体操	プールサイドで準備体操をします。
レッスン!	体操終了後、グループごとに練習場所へ移動して出席確認をします!しっかり担当コーチの後ろをついていってね!
着替え	シャワーを浴びたら、しっかり体を拭きましょう。体をしっかり乾かしてから着替えてください。
帰宅	おつかれさまでした。車に気を付けて帰りましょう。

ゴールデンエイジ(5歳〜)の運動との関わり方で

未来が変わる!?

運動神経は遺伝ではなく、ゴールデンエイジと呼ばれる神経系の発達が著しい時期(5歳〜8歳)に適切な運動をするかしないかで、大きく違ってきます。
その期間に、基本運動を身に付けることが〝運動神経〟の発達につながります。

学校の体育だけでは、運動量は足りません!!

文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると、子どもの体力や運動能力がどんどん低下しているそうです。
一方、身長と体重は、逆に親の世代を上回っていて、体格が良くなっているにもかかわらず、靴のヒモが結べない、スキップができないなど、自分の体を操作する能力の低下も指摘されています。
スイミングには水圧に抵抗して動くことで、手足から腹筋、背筋、そして内臓にいたるまで、体のすべての筋肉を鍛えられる効果があります。またクロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの4つの泳法を学ぶことで、蹴る、投げる、跳ぶなど、あらゆるスポーツの基本の動きが身につきます。

今、プールに入っても大丈夫かな?
○○○○スイミングの感染症対策

ロッカールームでの空間除菌を実施

予防対策のためにスタッフがマスクを着用しております

各出入口に消毒液を設置

入会時にご持参ください

~~入会金 00,000円~~	~~初月会費~~	本人確認書類 免許証や保険証など ご本人確認ができるもの	通帳 銀行または郵便局通帳 (月会費口座引落し制)	印鑑 通帳の届出印

※入会特典は入会後0ヶ月以上の継続をしていただけることが条件です。0ヶ月未満で退会された場合は対象外となります。

無料送迎バスあります!
詳しくはお問い合わせください。

MAP

●●●●●スイミングクラブ
〒000-0000
TEL.000-000-0000
◎営業時間 平日 00:00〜00:00 ●曜 00:00〜00:00 ◎定休日 ●曜日
http://www.oooooooo.ooo
●●●スイミングクラブ 検索

QR