

ジュニアスクール 体験教室

11初夏

3日間

学童
コース

幼児
コース

6月10日 金 ~ 30日 木

参加者募集!

ご希望の曜日を
選んで週1回
期間中に3回
=本科教室の体験=

もうすぐ学校プールが
はじまるね!

電話予約OK!

詳しくは裏面で…!

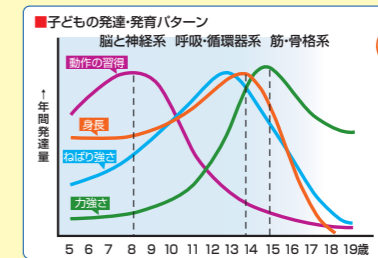
お母さん お父さん ご存知ですか?

最近の子どもたちは、靴のひもを結べない?
スキップができない?

今は靴ひもを結べないことも、スキップができない子どもも増えています。
生活が豊かになって、歩いたり、体を動かすことが少なくなってきているからです。
子どもにとって体力とは、健康な生活を送るために欠かせないものです。意欲や気力などの精神面にも体力は大きく関わってきます。
体力をつけるためには、最低でも週一回は、体を思う存分動かして「体力」をつけることが、**将来の健康**につながります。

子どもの成長に欠かせないスイミング効果

- ★全身運動をすることで、**柔軟性・持久力・バランス感覚を向上**
- ★水による刺激が皮ふを鍛え、自律神経の働きを高め、**風邪をひきにくい身体にする**
- ★規則正しい呼吸が**喘息治療にも効果的**



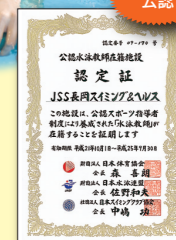
「スイミング」は、習いごと人気No.1!

子どもたちに一番人気がある習いごとは、「スイミング」という調査結果が出ています。水泳は基礎体力を付けるだけでなく、子どもさん自身も楽しく発散できるので、お母さん方の圧倒的な指示を得ています。



選ぶなら信頼の「JSS長岡」!

- 充実のスクールバス5台。
- 子育て経験豊富なコーチが優しく指導。
- オリンピック選手を育てた実績と指導力。
- 文部科学大臣認定の水泳教師在籍で信頼のコーチング。
- 活性化セラミックによるきれいな水で、安心スイミング。
- 小さな努力を大切にするステップ・バイ・ステップのカリキュラム。



JSS長岡 長岡市水泳協会推薦 (社)日本スイミングクラブ協会会員 (財)日本水泳連盟公認プール



長岡スイミング&ヘルス

受付時間

平日/午前10:30~午後7:00
休館日/毎日曜と5月23日

☎ 0258-35-0003

【ホームページ】<http://www.wash.co.jp/nss/>
長岡市宮内町3400

●長岡駅よりバスで13分、曙1丁目バス停・東宮内バス停で下車