

2020年1月

新春短期

水泳教室

ここからだが強くなる!

始めよう!スイミング!

参加者募集中!

たのしい!と学びがいっぱい!



水沢スポーツクラブ



コース紹介



コース	期間	時間	対象	定員	参加料
A	【会員 & 一般基礎クラス】プールデビューから、レベルアップまで! (水慣れ~クロール15m)				
	1/4(土)・1/5(日) 2日間	13:00~13:50	年少~ 小学生	50名	2,000円(税別)
B	【会員・一般クラス】水慣れから四泳法。水スポ進級テストあります!!				
	1/4(土)~1/8(水) 5日間	14:00~14:50	年中~ 中学生	100名	5,000円(税別)

短期参加者全員に毎日お菓子玉プレゼント!

新春の入会特典

【1/8(水)までにご入会の方は】

入会金サービス

さらに...

1月分月会費半額!

申込締切

一般 12/27(金)
会員 12/28(土)

※裏面の申込用紙に記入の上、参加料を添えて当クラブフロントにてお申し込み下さい。



もぐれるようになったよ!



会員の方は...
短期参加料
10%割引!



たのしいよ!

一般の方は...

兄弟割引
2人目~短期参加料
10%割引!





新春短期水泳教室のながれ



A・1/4(土)・5(日)13:00~13:50

1/4(土)	1/5(日)
・水慣れ ・基礎練習	・基礎と反復

プールデビューから
クロール15mの
練習です♪



B・1/4(土)~8(水)14:00~14:50

1/4(土)	1/5(日)	1/6(月)	1/7(火)	1/8(水)
・基礎練習	・技術練習	・反復練習による技術向上	・テストに向けた細かい練習	・テスト



スイミングの効果



水泳技術はもちろん、肺をたくさん使い体力の向上も期待できます。全身運動なので、バランスの良い体作りにも適しています！

できた！という体験によってチャレンジする勇気と自信がぐんぐん育ちます！成功と失敗の経験が大きな成長の糧となります！



12歳までの神経系が発達する時期に、水泳を通して考える・工夫する・やってみる力がつき、知能の発達が期待できます！



新しい仲間の中でコミュニケーション能力や、あいさつをする・順番を待つ・指示を聞いて行動するなど、スイミングには学びがいっぱい！

申込用紙

ふりがな _____ 男 ・ 女

お名前 _____

希望コース(○を付けてください)
A ・ B

電話番号 _____

年齢 _____ 才(月)

※(カ月)は4歳以下のみ記入

※会員の方はここまでの記入となります。

会員No. _____

コース _____ 級

住所 _____

学校名 _____

こども園
幼・保 年少・年中・年長
小学校 年生
中学校 年生

泳力チェック
※一般の方は該当する□に✓をお願いします。
※Aコース⇒7まで、Bコース⇒11まで

1□水がこわい・苦手 8□背泳ぎができる
2□顔付けできる 9□平泳ぎができる
3□頭までもぐれる 10□バタフライができる
4□伏し浮きができる 11□個人外レーができる
5□背浮きができる(仰向け)
6□パタ足()mくらいできる
7□クロール()mくらいできる

※お申し込みは、申込用紙にご記入の上、参加料を添えて当クラブフロントにお申し込みください。

キリッ

奥州市水沢日高西7

TEL0197-23-4139

【受付時間】

月~土 10:00~20:00
日 10:00~17:30



水沢スポーツ
クラブ

水沢商業高校
夕かた日高店

水沢信用
金庫本店

397号線

ジョイス