

スイミングでからだもこころも強くしよう!

子供の運動能力を向上させるためには、小学生のうちいろいろな動作をすることが大切です

※運動能力…走、跳、投、泳、などの運動を代表する能力のこと
動作に左右の偏りがなく、全身を動かすスイミングは、筋力・持久力・敏捷性・柔軟性などの基礎体力が身につくとともに、陸上とは異なる環境から、呼吸筋や体温調節の働きが高まります。また、幅広い年齢のお友達と一緒に練習して、チャレンジするところ、がんばることもより一層育てています。

子どもの体の異変に気づいている・・・?

子どもを取り巻く社会環境の影響や大人のスポーツの重要性の軽視等から、子どもたちの体に様々な異変が見られます。

体を自分の意志で動かす行為は、神経系をはじめとする体の発達に伴って、高度なものになってきます。しかし、近年では、体を上手にコントロールできない、あるいはリズムをとって体を動かすことができないといった、身体を操作する能力の低下が指摘されています。



- ・靴のひもを結べない
- ・転んでも手が出せない
- ・線の上をまっすぐ歩けない
- ・スキップができない
- ・後転ができない
- ・飛んできたボールを顔面ですくってしまう

今の子どもは、学校から帰った後、なかなか外で遊びません

これは、安全面で外遊びをする環境が少なくなり、ゲームなどの室内遊び、また少子化による仲間の減少等が原因にあげられます。そのことにより骨折の倍増、ストレスを抱えている、小児肥満等身体ばかりでなく精神や脳の発達にも大きな影響を与えています。プールでの全身運動で心身ともにすこやかな成長を目指しましょう。

体力低下の原因

- 子どもの外遊びの減少やスポーツの重要性の軽視
- 積極的に運動をする子とそうでない子の二極化傾向
- 時間、空間、仲間の減少
- 生活の利便化による運動機会の減少
- 子どもの生活習慣の乱れ

体力低下が体に及ぼす影響

- 意欲、気力の低下
⇒精神面への影響
- 肥満や生活習慣病
⇒健康面への影響
- 大脳活動との関連
⇒学力向上への影響



夏休み短期水泳教室

受付期間 ~7/27(水)まで 受付時間AM10:00~PM9:00 詳細は、こちらまで 0120-80-1504

小・中学生コース **6,500円** (税込7,020円) 幼児コース 3歳~ **4,500円** (税込4,860円)

★10日間一括12,500円(税込13,500円)
5日間 AM9:00~10:00 定員100名
1期 7/25 ①・26 ②・27 ③・28 ④・29 ⑤
2期 8/1 ①・2 ②・3 ③・4 ④・5

3日間 申込み締切り7/16(土)迄
AM9:00~10:00 定員30名
1期 7/20 ①・21 ②・22 ③

全受講者にカードケースプレゼント!

全受講者にスイミングキャッププレゼント!

入会の特典 ★入会金無料 ★スクール水着割引券プレゼント ★オリジナルバッグ・スイミングキャッププレゼント

無料バスコース
幼児コースは保護者の方もバスを利用できます。
●市内~末吉・岩川コース
●市内~財部・大川原コース
●市内~西岳・庄内コース
●市内~山田コース
●市内~三股コース
●市内~松山コース
●市内~高城コース

夏の会員募集 キャンペーン

8月9日(火)まで

6・7月入金 100%OFF
8月入会金 80%OFF

さらに特典

スクール水着 半額券

オリジナルスクールバッグ



月	火	水	木	金	土	日
					Fコース 6~18歳	9:30
					Eコース 6~18歳	10:30
					ヘビークース 0~3歳	11:30
					ヘビークース 0~3歳	11:30
					Aコース 3~18歳	15:00
					Bコース 3~18歳	16:00
					Cコース 3~9歳	16:00
					Dコース 6歳~15歳	17:00
					Dコース 6歳~18歳	17:00
					選手コース	19:00
					選手コース	20:00
						21:00

春	楽しい遠足 県ジュニア競技会
夏	着衣水泳教室 夏の短期教室 サマーキャンプ
秋	県ジュニア競技会 都城水泳大会

コース	入会金(税別)	月会金(税別)	年会金(税別)
週1回コース	5,000円	6,000円	1,000円
週2回コース		7,200円	
週3回コース(17歳~)		7,700円	
週4回コース(10歳~)		8,000円	
選手コース	時間・料金等はお問い合わせ下さい。		

無料体験実施中 (要予約) | 無料送迎



社団法人 日本スイミング協会加盟施設・宮崎県スイミング協会加盟施設



0120-80-1504

ホームページ <http://www.fitpia.co.jp>

営業時間 (月曜日~金曜日) (土曜日・祝日) (隔週日曜日)
9:30~22:30 9:30~21:30 9:30~18:00

休館日 年末年始・お盆・特定休館日

〒895-0078 都城市宮丸町3021

TEL.0986-26-0777 FAX.0986-22-5530



携帯版ホームページ

