

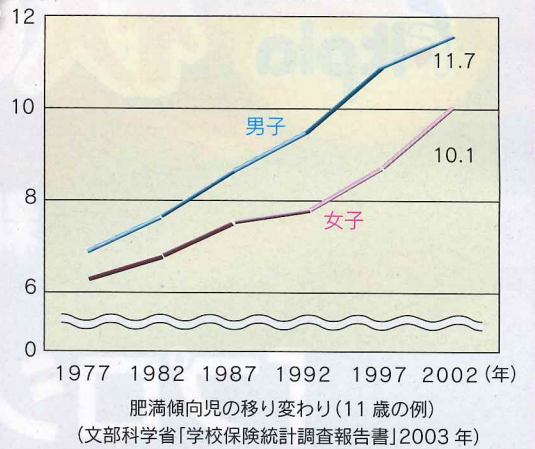
# 子どもの体が危機的状況に…?!

## 子どもの体の異変に気づいている・・・? (%)

25年間で約2倍に!

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受けてしまう

### 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
- 時間、空間、仲間の減少
- 積極的に運動をする子とそうでない子の二極化傾向
- 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



# 秋のキャンペーン

フィットピアで丈夫な体を手に入れよう! 今年最後のキャンペーンです 10月28日(土)まで

## フィットピア流 スイミング

9月 入会金 100%OFF  
10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進呈

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
- 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

### 水泳が良いと言われる訳 バランスの取れた身体づくり 水の効果・効用

陸上の運動のほとんどは下半身を中心とした運動です。これに対して水泳は全身運動で、下半身だけでなく上半身も鍛えられる為、全身の筋肉が均等に発達し、バランスの取れた体型となります。水の中では水圧の影響で自然と腹式呼吸になり、肺の奥まで使う事になるので呼吸機能が高まります。陸上に比べて活発な熱産生を行う為、エネルギー消費量が増します。又、皮膚に寒冷刺激を受けるので体温調節機能が上がり、風邪を引きにくい体になります。他のスポーツと並行して行う事もお勧めします。

### ～水泳道～

フィットピアでは「スイミングは水泳を手段とした人間教育である」という理念を基に社会のルールや、礼儀、マナーまたレッスンを通じて集中力、判断力、チャレンジ精神等を育てることを目的として指導しております。お子様の健やかな成長と体力強化をお手伝い致します。



充実の指導員 私たちが自信を持ってお手伝いいたします。私たちがフィットピア指導員は、研修会等に積極的に参加し、定期的な勉強会で常に指導力向上を目指しております。

文部科学省認定水泳教師・地域スポーツ指導員・日本スイミング協会インストラクター・日本体育協会スポーツ指導員・在籍施設

### 安心安全の水質管理

最新の光触媒加工プールですので、安心の抗菌・殺菌プールです。食塩を利用した電解次亜を消毒に採用。従来のプールと違い、カルキ臭が少なく肌や眼にやさしい水を使用しています。また、定期的なレジオネラ検査や1時間ごとの水質チェックにより徹底した管理を行っております。

### 充実の指導員

私たちフィットピア指導員は、研修会等に積極的に参加し、又、定期的な勉強会で常に指導力向上を目指しております。(文部科学省水泳教師・地域スポーツ指導員・日本スイミング協会インストラクター・日本体育協会スポーツ指導員・在籍施設)

### お子様にあったカリキュラム

お子様の泳力に合わせたクラスで指導しております。

### スイミングクラブのご案内

コース名	ベビーコース	Aコース	Bコース	Cコース	Dコース	Eコース	Fコース	選手コース
対象	0歳～3歳未満 保護者同伴	3歳～18歳 (幼小中高生)	3歳～9歳 (土) 3歳～18歳	6歳～15歳 (小中学生)	6歳～18歳 (小中高生)	6歳～18歳 (小中高生)	6歳～18歳 (小中高生)	未来のトップスイマーを目指して練習します。 時間、料金等、詳しくはお問い合わせ下さい。
曜日	火・金	土	月・木 火・金・土	月・木 火・金・水	月・木 火・金・水	土	土	
時間	11:00 11:45	15:00 16:00	16:00 17:00	17:00 18:00	18:00 19:00	10:30	9:30 11:30	

### ★入会時にご用意いただくもの★

コース	入会金(税別)	月会金(税別)	年会金(税別)
週1回コース		6,000円	
週2回コース		7,200円	
週3回コース(17歳～)	5,000円	7,700円	1,000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。		

◇無料送迎バス運行。バスコースはお問合せください。  
◇兄弟割: 兄弟でご入会頂くと、月会費が1割引。

年間イベント

- 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

**無料体験 実施中 (要予約)**

進級テスト 奇数月の3週目に通常授業の中で行います。 イベント 春に遠足、夏にキャンプを行います。 水泳大会 3月にスクール記録会、春秋に宮崎県スイミング協会のジュニア大会があります。

姉妹店のご案内

複合アミューズメントカフェ **Pi@pia** ピアットピア

- インターネット ●コミック
- ダーツ ●ビリヤード
- シアタールーム

検索 Pi@pia 詳しくは web で!!

**Salute** Pasta&Cafe

バスタとカフェのお店が9月4日にオープン致しました! お子様連れでもゆっくりお過ごし頂ける空間となっております

日替わりパスタランチ ¥1,000 単品パスタ ¥800 ~

営業時間: 11時～18時  
夜はご予約のみ 定休日: 日曜日 ☎080-6194-4238