

イーグルイマンスイミングスクール古河

カレンダー

☎0280-23-2095

2018年7・8月

夏休み短期水泳教室募集中!!

T-1	7月21日(土)~23日(月)	8:15~9:00
T-2	7月24日(火)~26日(木)	9:00~9:45

ベビー短期教室募集中!!

B-1	7月21日(土)13:30~14:30 / 7月23日(月)10:15~11:15
B-2	7月23日(月) / 25日(水)10:15~11:15
B-3	7月25日(水)10:15~11:15 / 7月28日(土)13:30~14:30
B-4	8月1日(水)10:15~11:15 / 8月4日(土)13:30~14:30
B-5	8月4日(土)13:30~14:30 / 8月6日(月)10:15~11:15
B-6	8月6日(月) / 8日(水)10:15~11:15
B-7	8月20日(月) / 22日(水)10:15~11:15
B-8	8月22日(水) / 8月25日(土)13:30~14:30
B-9	8月25日(土)13:30~14:30 / 8月27日(月)10:15~11:15

会員限定!!!

もっとうまく教室が変わります!!

<8月のもっとうまく教室は、1ヶ月通してのレッスンになります>

<週1回通われているお子様>
練習4回テスト2回となります。

<週2回通われているお子様>
練習6回テスト3回となります。

<実施時間>

U-1...木曜日10:00~11:05 (縦コース) U-2...金曜日15:30~16:35 (横コース)
日程: 8月2日、9日、23日 (テスト) 日程: 8月3日、10日、24日 (テスト)

U-3...土曜日12:20~13:25 (縦コース) U-4...火曜日15:30~16:35 (横コース)
日程: 8月4日、18日、25日 (テスト) 日程: 8月7日、21日、28日 (テスト)

<参加料>
3,990円

<申込み>
7月9日(月)13:00よりフロントでお申し込みください。

合格目指して練習をたくさん頑張ろう!!!

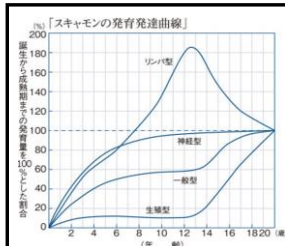
* 休校・退校される場合は前月の28日までに必ず手続きを済ませるようお願いいたします。当月になると休校・退校の扱いとなりません。
* 毎月29・30・31日は全クラス休校日となりますのでご注意ください。



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
7月振替手続き開始日				授業料振替日(足銀以外)			イーグル感謝祭(小山校)	授業料振替日(足利銀行)							海の日
←水中写真→															
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	
←進級テスト→ ←休校日→															



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
8月振替手続き開始日					授業料振替日(足銀以外)		授業料振替日(足利銀行)			山の日					
←休校日→															
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
←進級テスト→ ←休校日→															



豆知識

「スキヤムの発育発達曲線」(左記グラフ)によると、神経系は生まれてから5歳頃までに80%、12歳ではほぼ100%発達します。幼児期から児童期は神経系の発達が著しく、様々な神経回路が形成されていく大切な時期となります。この時期に多種多様な動きを経験し、多くの神経回路をつくっておくことがとても大切です。「水の中で身体を操る感覚」、「よい泳ぎのフォーム」を子供の頃に身に付けておけば一生忘れることがありません。是非早い段階での泳法習得をお勧めします。

水泳は成長期のお子様にも、得るものが多い運動です。

陸上では重力の影響で足にかかる負担が大きいため、水泳は手足から腹筋、背筋、そして内臓にいたるまで、体のすべての筋肉を偏りなく鍛えることができます。重要なのは、スクールで良い指導者に就いて学ぶことです。技術の習得が早いだけでなく、よりキレイなフォームを身につけることができます。キレイなフォームで泳ぐことは、正しく筋肉を使い、バランスよく身体を発達させることにつながります。一方で、水泳は心肺機能を強化するという一面もあり、特にお子様のぜん息にはたいへんよい運動療法であることが知られています。現在ぜん息に悩まされているお子様はぜひ、水泳を試してみてください。長期間続けられれば、必ず効果が得られると思います。最後に忘れてならないのが、冷たい水が刺激となって皮膚や免疫力を強化すること。抵抗力が増し、より丈夫な体をつくり、風邪をひきにくくします。プールから上がる時には、プール水に含まれる塩素から皮膚を守るため、よくシャワーを浴びて塩素を洗い流すように心掛けましょう。



テスト週の振替は、**WEB振替**となります。

