

キムラスイミング 短期水泳教室



冬季間は運動するのが億劫ですが、この期間こそ丈夫なカラダづくりしましょう！
体温より低いプールに入ること、体温調節機能が上がり免疫力も向上し、
風邪をひきにくくする効果があります。
そして、この期間しっかり練習して来年の水泳授業までに上達しよう！

| | 11:00~12:00 (練習55分・遊び5分) | |
|----------|--------------------------|-----------------|
| 土曜日3回コース | ① 10/12・10/19・11/2 | ④ 1/18・1/25・2/1 |
| | ② 11/16・11/23・11/30 | ⑤ 2/8・2/15・2/22 |
| | ③ 12/7・12/14・12/21 | ⑥ 3/1・3/8・3/15 |

| | 17:00~18:00 (練習55分・遊び5分) |
|----------|--------------------------|
| 3日間集中コース | 3/25 (火)・26 (水)・27 (木) |

幼児期の水泳も体のバランス・脳の発達にも最適です！
4歳から募集しています♪まずはプールで遊ぶことから初めてみませんか◎
通常コースの無料体験もいつでも開催していますので、きょうだい・お友達をさ
そってぜひキムラスイミングへ

場所：鶴岡市民プール / 鶴岡市馬場町13-1

参加費：¥1,500(3回)

持ち物：水着・スイミングキャップ・ゴーグル・タオル

入場：市民プールに入場後、ロッカーで着替えてプールサイドにおこしてください。

※保護者の方は2階ギャラリーから観覧できます。撮影はご遠慮ください。

※申し込み後の返金はいたしませんのでご了承ください。

指導実績

市内保育園・小学校などで水泳指導

国際大会・全国大会等で優勝・入賞者輩出経験あり

国際大会コーチとして帯同経験あり

公益財団法人日本スポーツ協会コーチ4



株式会社キムラスイミング

鶴岡市道田町1-8

0235-33-8802 / 090-2951-8802