

体重の10%の重さに
なり関節にやさしい
筋肉がゆるみ
リラックス効果

浮力 水圧
むくみ解消
呼吸筋群強くなる

水温
30.5°C~31.5°C
身体が体温調節
しようとして
代謝アップ

水の密度は空気の
800倍以上！
ひとつの動きで
表の筋肉も裏の筋肉も
バランスよくトレーニングができる

抵抗

親子で始める

◇紹介をした方◇

ご紹介された方が
ご入会されると

VIEW商品券
¥2,000分進呈

◇入会される方◇

入会金 + 事務手数料OFF
+ 水遊びパンツを1袋プレゼント♪
+ ①・②どちらか選べる!!
① [VIEW商品券 ¥2,000分進呈]
or
② [ハーネス(保温水着) ¥2,700相当]

ベビースイミングはお子さまに
水の楽しさ・丈夫な身体を身につけること
保護者さまのストレス・運動不足解消を目的としたクラスです。
お子さまと楽しい時間を過ごしませんか？