

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℃~31.5℃
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？