



中学校の部活動体制が 変わります!!

放課後活動で、 スイミングを始めよう!!

中学生になったら
何をしようか
悩んでる方へ!!



スイミング
初めての方大歓迎!!

今からでも遅くない!!

水泳は心肺機能や脳にいい?!



心拍数が程よく上がる水泳で、
「記憶力」「集中力」「情報伝達力」を高め、学力up!!



- 浮力の中で体を動かすことで、脳の空間認知能力を高めることができる!!
- 数学の図形問題が得意になるというデータも!!
- プールで呼吸をコントロールして呼吸筋を鍛え、心肺機能を高めます!!

体験も可能ですので、お気軽にお問合せください。



A·MIEUX FITNESS
ア・ミュー フィットネスクラブ

詳しくはこちらから



TEL.0763-22-1441

南砺市寺家新屋敷472-2

《休館日》毎週水曜日・年末年始・夏季休館日

《営業時間》月～金 10:00～22:00 / 土 10:00～20:00 日・祝 10:00～18:30