

さあ、
はじめよう!!

スイミング

Start!

1日体験



無料キャンペーン!!

料金:通常 1,100 円(税込)

いまなら

なんと!!

無料!!

この機会に
チャレンジ
してみませんか?

●期間

2021年4月30日(金)～6月24日(木)までの受講

5月3日(月)～5日(水)の期間は9:45～10:45クラスと11:00～12:00クラスの2クラスの
開講となります。

対象は、4歳からの水慣れ(赤帽子)クラスのみとなります。※ベビークラス、2歳～年中クラスは除く

●受付開始日 2021年4月26日(月)

11:00～より受付開始



入会特典

水着、スイムキャップ、スクールバッグプレゼント。

ベビークラス・2歳～年中クラスご入会者はアームヘルパーもプレゼント。

※上記の特典は、体験翌月クラスまでのご入会に限ります。

「1日体験」のお問い合わせは・・・

直接フロントにてご予約をお取りください。(クラス毎に定員がございます。)

ご予約の体験日の前営業日までに、スクールフロントにてお申込書のご記入とご入金をお願いいたします。

※ご来館時はマスクの着用が必須となります。感染予防対策のためご協力をお願いいたします。

ジョイフルアスレティッククラブ土浦

TEL: 029-842-8833

ホームページは [ジョイフルアスレティッククラブ](#) で検索!!

〒300-0843 茨城県土浦市中村南4-11-7

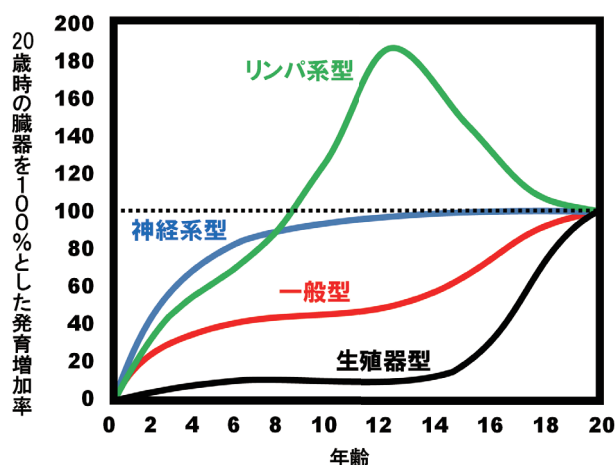
【受付時間】 平日/11:00～20:00 土曜日・祝日/10:00～18:00 日曜日/9:00～18:00 ※毎月11日は休館日

お母さん、お父さんご存じですか？

「運動能力の基礎」は 幼少期に作られます。

この時期の積極的な運動が発達を促します！

スカモンの発育曲線



スカモンの発育曲線とは？
ヒトは生まれてから成人（20歳）するまでの過程で、身長や臓器が大きく成長していきますが、その成長具合をグラフで示したものがスカモンの発育曲線です。



プレゴールデンエイジ 3～8歳

神経系が急速に発達していくため、運動能力の基礎が出来上がる時期です。そのため、器用さ・リズム感・バランス感覚などの習得ができます。スイミングやテニス、ヒップホップなど多種多様な動きを体験することが大切です。また、小学生に入る6歳からでは、すでに神経系の発達がある程度進んでいる段階です。

ぜひ、3・4歳から運動を
行っていきましょう！

ゴールデンエイジ 9～12歳

神経系の発達がほぼ完了します。運動の技術を即座に習得できる時期です。スポーツにおける複雑・高度な技術もすぐに覚えることができる大変貴重な時期です。筋力、体力トレーニングではなく、テクニックを身につけるのに最適です。