

**体験レッスン料1,100円が無料!**

学校の授業前に

スクールでお友だちと一緒に泳ごう!

周りとの差をつけろ!

# スクール無料体験キャンペーン

**6月1日(土) ~ 6月29日(土)**

幼児(火・水・木・金) 14:45~      幼児(土) 14:00~

小学生(月・火・水・木・金) 1・2・3年生 16:00~  
4・5・6年生 17:20~

## 無料体験参加者募集!

**5月18日(土)**

**5月25日(土)**

幼児(年中・年長) 8人限定  
13:40~14:30

小学生 10人限定  
13:40~14:30

長期スクールに入会すると!

入会金4,400円が **0**円

(7月23日(火)までにお申し込みの方限定)

### ◇持ち物◇

水着・スクールキャップ  
バスタオル・ゴーグル

- ☆1日2名までです。
- ☆お一人様、一回のレッスンとさせていただきます。
- ☆開始時間10分前までお越しください。
- ☆スクールバスもご利用可能です。
- ※詳しい路線はホームページまたは、AAC本荘フロントまでお問い合わせください。

## 水泳はいいことがいっぱい!!

### 免疫力アップ!

プールの水は、  
体温よりも低い31度前後。  
水の冷感効果による刺激が  
自律神経の働きを高め、  
身体の免疫力が上がります。

### 喘息改善に

水中では、  
陸上運動よりも効率よく  
心肺機能を向上させることが  
でき、呼吸機能の改善に  
大きな効果をもたらします。

### 全身運動に

水中では、  
浮力が働き、足や腰などの  
骨や関節に負担をかけず、  
バランスよく全身運動が  
できます。  
神経系の発達にも  
効果があります。



E-mail: aac-h@diaplaza.co.jp

☆お電話でお申し込みください☆

秋田アスレティッククラブ本荘

☎0184-22-3232