

休館日のお知らせ

11月29日(火)~12月4日(日)は
休館日の為、お休みとなります。

*12月5日(月)10:00より営業開始です。



ワールドカップを目指す少年少女の保護者様へ

☆スイミングが効果的です！

- ①サッカーのボールを蹴る動作と水泳のバタ足は共通点が多い。
- ②体幹が安定してパフォーマンスの向上し、ゲガの予防になり選手寿命が延びる。
- ③水泳で培った股関節の稼働域や可動性はサッカーに高影響を与える。

現在カタールで活躍しているサッカー日本代表の
久保選手や三苫選手も遠藤選手も

水泳習ってました！