Ｗｉｔｈコロナ時代を考える

定期スクール

進　級

ダッシュは「クロール・背泳ぎ」両面の同時指導を行っております。これは子どもの心身の発育・発達の点から神経系への良い刺激を促すとともに、スムースに泳ぎの習得ができるという理論に基づいた指導方針の一つです。

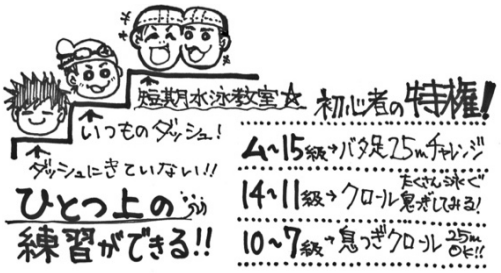
健　康・成　長

定期的な運動は心身ともに健康への近道。
さらに学校とは違う環境で学ぶことで社会性を身につけることができます。

短期教室と定期スクールは何が違う？

進　級

短期教室は「短期特別認定合格制度」があります。
５日間集中して行う為、１日１日どんどん上達していくことを実感できます。
学校水泳に基づきクロール中心の班分けをする為初心者クラスは一つ上の練習ができます。



健　康・成　長

外出の機会が少なくなっている現在。不活発な生活が続き免疫力や筋力の低下、ストレスによる心の病気などの**二次的な健康被害が心配されています。**夏休みは特に外に出る機会が制限される為、巣ごもりにならないよう「短期教室」に参加して朝から身体を動かして夏休みでも規則正しい生活が送れます。

短期教室

期　　間	コース	時　　間	定員まで	料　　金
７月２７日(火)～３１日（土）	D	８：３０～９：４０	あと**20**名	５日間 ７，５００円 バスご利用時の際は 別途１，０００円
８月３日(火)～７日（土）	A	８：３０～９：３０	あと**20**名	
	S	９：４０～１０：５０	あと**30**名	
８月１７日(火)～２１日（土）	A	８：３０～９：３０	あと**30**名	
	S	９：４０～１０：５０	あと**40**名	

朝に運動した子どもは成績が上がりやすい！？

朝に運動した子どもは学業成績が上がることをご存知でしょうか？

メリット１　運動するだけで記憶力がアップ！？

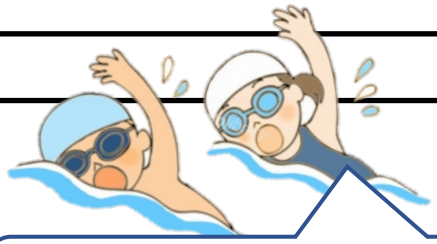
「ＢＤＮＦ」と呼ばれる記憶力が良くなるとされているタンパク質の１種が運動することにより分泌量が増加し記憶力が向上するとされています。

メリット２　朝の運動で多くを覚えられる！

「ＢＤＮＦ」は運動すると分泌量が増加するので、勉強の前つまり朝運動し「ＢＤＮＦ」の分泌量を増加してから勉強することでたくさんの知識を吸収できるようになります。

メリット３　有酸素運動でさらにアップ！

有酸素運動を行うことで、記憶を司る海馬が大きくなり、継続的な運動をすることで脳の認知能力がアップするとされており、また６歳以上のお子さまには１日１時間程度の運動が目安とされています。



水泳は世界中で愛される
有酸素運動のチャンピオン！

だから朝行う短期教室がオススメ！！

今回は人数制限のもと開催いたします。お早めにお問い合わせください。

初めてのお子さんでも安心

玄関→更衣室→体操室→プールまで、全ての箇所にスタッフを配置。
お子さまが困らないように気配りをしていきますので、安心してお預け下さい。

連続取得効果

５日間連続で行うことで、前の日にできた事の内容をすぐに思い出せます。その為、たくさん泳いだり、新しい技術練習にすすむことで、どんどん上達していくことができます。