

今、身につける泳ぐ力は、 すべての運動能力の土台になるのです。

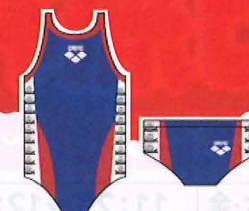
インターは年齢別指導と 螺旋階段式カリキュラム

身体の発育発達度合いの指標として有名な「スキヤモンの発育・発達曲線」によると神経系統は5歳頃までに80%まで成長し、12歳でほぼ100%になります。ゴールデンエイジと呼ばれる最も吸収しやすいこの時期に、水泳や体操で全身運動を行なって運動不足を解消しよう!! 当スクールのコース設定はベビー・3歳児・4~5歳児・5~6歳児・小学生と水泳の習得度だけでなく、子供たちの発育発達を考慮してカリキュラムが組まれています。

ご入会特典

受講中定期コースご入会で

- ①入会金OFF (¥6,600)
- ②初回月会費0円
- ③クラブ指定水着 (¥4,200)



秋の特別無料体験会 9/20日

日 程	時 間	対 象
3才~小学生	9:30~10:30	20名
ベビー	10:20~11:00	10名

やってみたいを応援します



★選べる2日間 9月・10月★
はじめてスイミング

3才~年長 14:30~16:00
(おむつがとれていること)

5才~小学生 15:30~17:00

小学生 16:30~18:00

参加費 2,200円 (※土曜日は1時間早くなります)

受講中定期
コースご入会で

- ①入会金OFF
- ②初回月会費0円
- ③クラブ指定水着プレゼント!



郡山インターナショナルスイミングクラブ

〒963-8023 郡山市緑町21-2 <http://swim-isc.main.jp/>

本日より電話受付開始!!

☎024-932-2821





ベビーレッスン
動画QRコード

1日無料体験会開催!!

ご入会特典

受講中定期コースご入会で

- ①入会金 (¥6,600) OFF
- ②初回会費半額 (¥4,200)
- ③クラブバッグ (¥2,500)



知っていますか? フレイル予防

加齢に伴い心身の活力が低下し健康障害や要介護に陥るリスクを軽減させるための取り組みです!

身体的活動

有酸素運動や筋力トレーニングを行うことで、身体的な衰えのスピードを軽減させます。

栄養管理

丈夫な体や健全なマインド(心)を保つためには、バランスのとれた食事により、必要な栄養素を摂取することが大切です。

健康チェック(診断)

定期的にチェックすることで、早期にフレイルの兆候を発見し、適切な対応を行うことが大切です。

社会的つながり

人とのつながりを持ち、孤立を防ぐことがフレイル予防につながります。

大人の体験時間

月~土 9:40~11:30



ベビーコース (0才~3才)

月・火・木・金	11:20~12:00
木	14:30~15:10
	10:40~11:20
土	11:30~12:10
	15:00~15:40



幼児コース (3才~6才)

3才	14:30~16:00 (オムツがとれている方)
4~6才 (園児)	14:30~16:00
5才~小学生	15:30~17:00

土曜日は1時間早くなります



学童コース (小学生以上)

月~金	16:30~18:00
土	10:30~12:00
	15:30~17:00
日	13:30~15:00

土曜日は1時間早くなります



広い平面大型駐車場



体操場完備



ゆったり休憩室



水温33度あったかベビープール



ぽかぽかサウナ



天井の高いメインプール



郡山インターナショナルスイミングクラブ ☎932-2821

〒963-8023 郡山市緑町21-2 <http://swim-isc.main.jp/> 郡山インターナショナルスイミング

検索

肌の活性化

肌がチクチクしない

疲労回復

塩素のにおいが少ない

郡山インターだけのマイナスイオン水プール

肌に優しいマイナスイオン水のプールで泳ごう

トルマリン・マイナスイオンプールは酸化(老化)していく身体をアルカリマイナスイオンにより健康体にする体質改善のプールです。

郡山インターナショナルスイミングクラブは皆様の健康の為プールの水にマイナスイオン水を使用しています。