

2018 チャレンジ応援
 コース募集!

～4月から新中学1年生になるお友だちへ!～

【泳げる力!水泳部で活かしてみよう!!】

中学校は部活が盛ん!野球にテニスにバレー、そして水泳部! etc...
 せっかく身につけた泳ぎです!水泳部で競泳の世界を体験してみませんか!?



チャレンジ応援コースは、中学校の水泳部で頑張るお友だちのためにつくられたコース。
 センターには選手コースもありますが、夕方6時30分～8時30分の2時間練習。
 そこまでは...でも、県中総体くらいは出場してみたいという子を応援するコースです。
 夏場は部活を中心に練習して、冬はセンターで練習できるから、部活の仲間ともしっかり
 コミュニケーションを取りながら、でも冬場の練習でバッチリ差もつけられます!!

毎日練習出来て、
 月会費は5,400円!

毎回バスを利用して
 週1回分の料金でOK!

毎週月曜日の特別
 レッスンを受けられます

過去に県中総体決勝に
 進出した子も!!
 キミの頑張りを応援します!

チャレンジ応援は、現在の練習時間で毎日練習できるので、基礎体力は向上。夜は勉強
 もしっかりできます。毎日だから1週間単位で練習計画が立てられとっても効率的に
 練習できます!

【詳しくは受付までお問合せ下さい】

ザ! 習い事!! 「水泳のいいところ」

水泳は習わせたい習い事No.1!
 水泳は全身運動で、心肺機能が鍛えられる等 何となく
 身体にいいことは知っていますよね。
 水泳は本当に習い事 No.1 に恥じない身体等にいい習い
 事なのです。「水泳のいいところ」を紹介します!

- ① 全身を左右対称に、バランスよく鍛えられ、身体の歪みからくる怪我や故障が少なくなります。
- ② 動かす部位は、頭・体・右腕・左腕・右足・左足 全身運動に加え、呼吸制限があるのでバツグンに心肺機能が鍛えられます。
- ③ 水の抵抗と自分の体重を使って運動を行うので、自分の体力に合わせた、無理のない運動になります。
- ④ 泳げることは命を守ることです。

まだまだあります! 次号に続く...

【3月の休館日】 お間違えないようご注意ください!

日曜日 4日・11日・18日・25日

祝祭日 21日(水) ※振替先は3ヶ月先迄の6月までお受けできます。
 但し、振替申込みは3月22日(木)迄です。

月末休館日 29日(木)～31日(土)

休会届 【4月休会の届出期限】 3月31日(土)
 窓口(日祝不可)・FAX・メールでお受けできます。
 ※連続休会は2ヶ月迄お受けできます。

休会・退会届の月を遡っての受付はできません。

退会届 【3月末退会の届出期限】
 ① 3月15日(木) 手数料不要
 ② 3月31日(土) 手数料 540円必要
 窓口(日祝不可)・FAX・メールでお受けできます。

各種届出の
 注意点

必ずご確認ください!

〒854-0071 諫早市永昌東町22-50
 TEL 24-0118 FAX 24-0145
 ホームページ <http://isahaya-swimming.com>
 メールアドレス eisyoughigashi-1@isahaya-swimming.com



かっぱっ子のひとご
 2018.3月号



平成30年2月22日 発行 (Vol.111)
 (文責) 久野 功二 (健康運動指導士/水泳教師/応急手当普及員)

ご紹介キャンペーン! 間もなく終了!

(ご入会時に必要な金額)

4,000円 (税込)

【金額に含まれるもの】入会金・入会事務手数料・年間管理費・水着・帽子代・ご入会月の月会費

会員の貴方の紹介があると、ぜ〜んぶ込! 4,000円でスイミングが始められる、とってもお得なキャンペーン!

2/28終了です!

ちよつと頭の体操

【なぞなぞ】いろいろな角度から考えよう! 答えは右上!

- 第一問 小学生から何かニオイが! 何のニオイかな?
- 第二問 外国の国の名前と呼ばれている魚は?
- 第三問 真ん中が小さいほどおいしいお菓子はなに?
- 第四問 長い豆が入っている井戸ってなに?
- 第五問 消防車が走っていきました。何時?
- 第六問 使っていると減っちゃいそうな頭にかぶるものなに?

エコキャップ
 活動報告

1月現在総発送数
 917,696個

2月発送数
 14,173個

2月末現在総発送数
 931,869個

ワクチン: 1094人分
 Co2 削減: 6994kg 分

ご協力ありがとうございます。

プール情報

- 3月4日(日) 大村屋内プール
 中地区 Jr. 水泳競技大会
- 3月14日(水)～20日(火)
 進級判定ウィーク
- 3月22日(木)～28日(水)
 水中運動ウィーク



プールからのお願い

- ① 住所や電話番号を変更されました場合は、必ずプールに連絡をお願い致します。プールからの連絡ができない場合、お子さまの事故につながる場合がございます。
- ② プールには、お金やゲームなど貴重品や大切なものは持ってこないようにしましょう。帰りのバス代などでお金や貴重品を持ってきた場合は、必ず受付に預けて下さい。
- ③ バスをご利用にならない場合は、保護者の方よりその旨の連絡をお願い致します。

【担当コーチへの伝言】

お子さまの状況や様子など担当コーチに伝えたいこと等をご記入の上、切り取って受付にお渡し下さい。

忘れ物・落とし物は、原則として3ヶ月を目途に処分させていただきます。忘れ物・落とし物については受付にてお尋ねください。

会員氏名: