

寒い冬こそ



「スイムを続ける」が

大正解

専門家が教える4つのポイント



Point 01

寒くない



体力や免疫力の維持向上に大切なのは定期的な運動習慣。でも冬の外スポーツだと寒くて断念ということも。

Point 02

のどが潤う



冷たく乾燥した空气中で運動すると、口・鼻・のどの粘膜を刺激し感染症のリスクが高まる可能性があります。

Point 03

肌も潤う



粘膜だけでなく、冷たく乾燥した空気は肌荒れ等のリスクも増やします。

※塩素に敏感な場合は、プールから出たらしっかりとシャワーを浴びましょう

Point 04

蔓延しない



ウイルスは乾燥した状態では長時間存在しますが、湿度の高い室内プールでは速やかに消失します。



スイムが いいのはわかってるけど  
年末年始は忙しい...



そんな  
みなさんに /

2つのあんしんをご用意!

振替 拡メ

毎月  
4回まで  
OK

NAS#  
くりこし可能

くりこし

翌月まで  
OK

振替  
通常 毎月  
2回まで  
のところ

この冬は

いつでも

振替拡大  
対象期間：2024年12月～2025年2月

振替拡大  
対象クラス：スイムスクール 幼児/小・中学生クラス

12月欠席分▶1月末まで

1月欠席分▶2月末まで

2月欠席分▶3月末まで

※各店舗のスクール日程に準じます。※振替希望先が満席の場合は振替できません。※テスト週への振替はテスト実施となります。※休室期間中は対象外となります。※2月クラス欠席分3回目・4回目のお振替は、振替システムが使用出来ない為、お電話又は店頭での受付となります。

冬こそ運動が不足しがちなお子さまに、冬こそスイム!

