

いしかわ福祉水泳協会 障がい者（児）

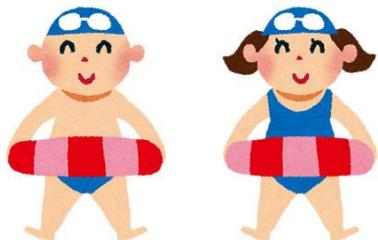
水泳教室のご案内

ハンディを持つ人にとって水中運動（水泳）

（リズム水泳）は心身にとても有効です。

水中ならではの心地よさ、運動効果、安全性などを経験しながら強い心と体を作りましょう。

いしかわ福祉水泳協会では、それぞれの目的をもって継続的に取組む支援を行っています。



水泳の効果

- ・風邪をひきにくい丈夫な体をつくる
- ・呼吸器官の強化
- ・バランス感覚の向上
- ・筋力アップ
- ・水難事故の防止に役立つ

☆いしかわ福祉水泳協会「金沢教室」金沢プール（金沢市磯部町ハ55）

日 時：第2第4日曜日（月に2回、月会費3,000円でご自身の都合での休みは不可）

（施設、コーチの都合で1回あるいは中止となる場合もあります）

：午後1時～2時 中級、上級 クロール・背泳ぎが25m泳げる/競技会出場希望

：午後2時～3時 初級 水に慣れているが泳げない/自立・社会参加を目指す

☆いしかわ福祉水泳協会「南加賀教室」能美市ふれあいプール（浜町ヨ2-4）

日 時：毎週水曜日コース・木曜日コース 午後4時30分～5時30分

（月に2回もしくは4回コースで月会費3,000～6,000円）

：水曜日コース 中級～上級 4泳法の習得/競技会出場希望

：木曜日コース 初心者～初級(自分で更衣やトイレが出来る者)

※どの教室も年会費1,000円の納入と保護者の送迎をお願い致します！

☆問い合わせは「いしかわ福祉水泳協会」

事務局 ・南加賀担当指導責任者：城下映美 090-4329-5554

・金沢担当指導責任者：北端芳子 090-1315-9373