

まだプールに通われていない方へ ～会員さんの声～

SW大教スイミングスクール二本松

日頃より、当スクールにご理解ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当スクールでは、水泳の素晴らしさ・水泳の効果をより多くの皆様にお伝えしようと思い、現在通われている会員の方へお願いし、アンケートをとらせて頂きました。

アンケート結果は、下記に記載させて頂きました。皆さん水泳に対して、良いイメージがたくさんありました。今後もスタッフ一同、水泳の魅力について多くの方へ知って頂くために努めていきます。

また、通われていない方がいれば多くの方に、このような水泳の素晴らしさを伝えて頂ければ光栄です。

●ジュニアコース在籍のM.Eさん

Q1始めた目的	泳げるようになりたい
Q2水泳/水中運動の良さ	<ul style="list-style-type: none">・体力がついた・風邪をひかないようになった・水への恐怖心がなくなった
Q3まだプールをやっていない方へ	最初は水が大嫌いでした。シャワーがダメで水が顔にかかるのも嫌で頭を洗うのも一苦労でした。しかし今では潜ったりして楽しんでいます。先生達も、その子のペースで練習をして下さるので楽しく通えています。 水が苦手な方はおススメです。

●ジュニアコース在籍のS.Oさん

Q1始めた目的	泳げるようになりたい/運動不足解消/楽しそう
Q2水泳/水中運動の良さ	有酸素運動なため子どもの体力upにとても良く、喘息もちだった息子も今では、喘息も落ち着き肺の機能も高められていると実感しています。
Q3まだプールをやっていない方へ	スイミングの先生が優しくサポートしてくれる為、安心して子どもをお任せすることができます。学校以外のお友達もでき楽しく通うことができます。

●ジュニアコース在籍のM.Tさん

- Q1始めた目的 泳げるようになりたい/勧められたから
- Q2水泳/水中運動の良さ 泳ぐことの楽しさを知り、楽しく練習できる
- Q3まだプールをやっていない方へ 何か1つでも得意な運動を身につけたいと思った時、水泳なら気楽に誰でもはじめられると思います。先生方もみんな優しく指導してくれるので、安心して通えます。

●成人コース在籍のK.Hさん

- Q1始めた目的 泳げるようになりたい/運動不足解消
ダイエット/ストレス解消
- Q2水泳/水中運動の良さ ①怪我をしにくい
②年をとってからも出来る
③ダイエットには無理でも、体重の維持は可能！！
- Q3まだプールをやっていない方へ 「泳げたら楽しいですよ」と伝えたい。
ストレス解消に一番で、四十肩、五十肩は軽く通過します！

●成人コース在籍のT.Wさん

- Q1始めた目的 運動不足解消/ストレス解消
- Q2水泳/水中運動の良さ ①無理なく有酸素運動ができる
②水泳の後は睡眠が良くとれる
③バランスよく全身の筋肉を使える
③水に浮く、泳ぐ、潜るといった、陸上ではできない動きをリラックスしてできる。
④高齢になってもできる
⑤室内温水プールなので、年間通して運動ができる
- Q3まだプールをやっていない方へ ①年間通してできる運動です。過度な負荷もなくできます。
②高齢になっても続けることができ、スタッフの指導で正しく泳ぎ方を教えて頂くと泳ぐことが楽しくなります。

●成人コース在籍の匿名希望さん

Q1始めた目的	運動不足解消/ストレス解消/勧められたから
Q2水泳/水中運動の良さ	膝の悪い時も負担がないので運動ができる
Q3まだプールをやっていない方へ	いつもと違う環境で気分を変えることができる 体を動かさない人も軽めの全身運動ができる

●選手・研修コース在籍の匿名希望さん

Q1始めた目的	泳げるようになりたい/体づくり
Q2水泳/水中運動の良さ	①体に負担をかけずに運動ができる ②小さい頃から習うと、水への恐怖心がなくなる ③きちんとした泳ぎをマスターできる
Q3まだプールをやっていない方へ	①子どもの体づくりには水泳が良いと思います ②シャワーが嫌いだったが、プールに行き始めてからは とっても好きになりました。