

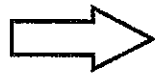
# 夢に向かって！！

~Enjoy swim~

平素は、当スクールの活動に格別のご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。  
イトマンスイミングスクールではスイミングの指導を通じて、子ども達の持つ潜在的な可能性を存分に引き出す工夫と努力によって、お子様の成長過程に欠かす事のできない総合的な人間形成にお役に立てれる様、日々指導にあたっております。

さて、上級クラスになり『卒業』まで、あと少しとなりました。  
上級クラスでは・・・

バタフライの  
泳法マスター



これまでの3泳法を加えて  
個人メドレーのマスター

さらに・・・

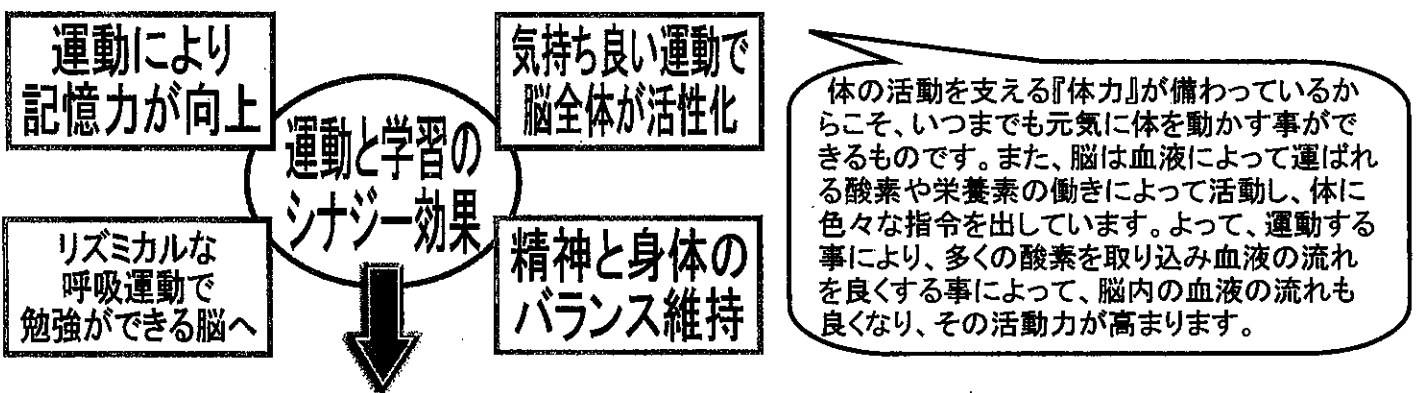
スタートやターン等を含め、それぞれのストロークテクニックを高めていくことがテーマになります。

これからは、自分で目標をたて、それに向かってチャレンジし、克服していくという点で、いままでよりずっと高度な、総合的な運動能力、すなわち・・・

工夫・集中力と持久力、スタミナ・粘り強さが養われます。

これまでの継続的な練習課程で、かなり鍛えられてきた体の機能は、上級の練習段階でさらに向上し、筋力・持久力等だけではなく、心肺機能や他の内蔵機能も強化されます。

## 勉強と運動の良い関係



吉田たかよし医学博士より

シナジー効果とは・・・

相乗効果。2つ以上の要素が相互に作用して個別以上の価値を生み出すこと。



上級課程が修了し、卒業をすると・・・

3月・6月・9月・12月の校内記録会の際に、卒業式を行っています。

卒業式では、卒業楯・卒業認定証・記念品が授与されます！！

各泳法のマスターまであと少し！！

『卒業』という目標に向かって、楽しくチャレンジしましょう！！