

# かるかも通信

7月号

強い日差しがふり注ぎ、プールが気持ちの良い季節となりました。  
皆様いかがお過ごしでしょうか？  
お子様はとても汗っかきです。プールの後などこまめに水分補給を行いましょう。

## 連絡事項



## 靴の選び方

過ごしやすい季節になりましたね。お散歩や外遊びに靴を履いて出かける機会が多くなる季節です。靴は大きすぎても小さすぎても足の健康や発育によくありません。大きすぎる靴の場合は、足が靴の中で遊んでしまい、転びやすくなります。成長が著しい時期ですのでこまめに点検し、足に合った靴を選びましょう。

### よい靴の選び方

- ① 足の甲のところでしっかり固定できるように調節できるもの（マジックテープ止めなど）
- ② 指先に5～10mmの余裕があり、足指を自由に動かせるもの
- ③ 中底が足裏にぴったりとフィットするもの



## ステップアップシステムのご案内 ～コース移行のおすすめ～

現在通っているコースでの練習が物足りなくなってきた、ジュニアコースに変更できる年齢になった、そんな時期を迎えたら、いよいよ次のステップです！『お子様が一人でレッスンに参加する』ジュニアスイミングスクールに移行しましょう。移行の際には、ステップアップシステムというものがあります。

ステップアップシステムとは、ジュニアスイミングスクールへ移行するにあたり、変更希望先のクラスへ無料で1回レッスンを体験をすることができます。（要予約）

移行が決定した際には、担当コーチより修了証が授与されます。また、現在親子ベビーコースに通われている方には、さらにジュニアスイミングスクール指定教材である、水着、キャップ、バッグの指定教材3点がプレゼントされます。

移行先等の詳細は担当コーチまたは、フロントスタッフまでご相談ください。

