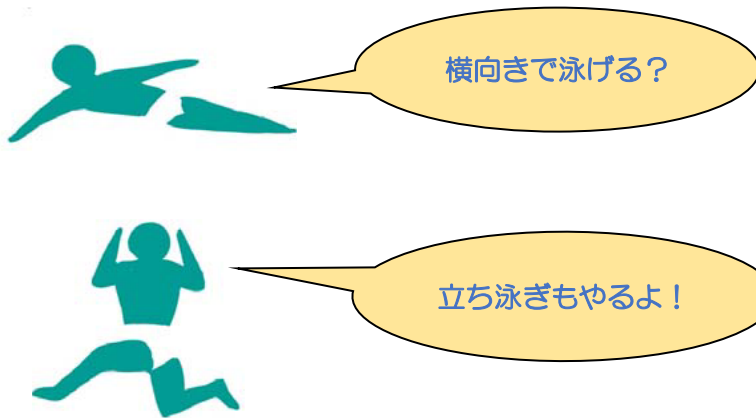


日本泳法（古式泳法）体験会のご案内

～体幹や筋肉を鍛え、競泳の技術を高める日本泳法を体験しませんか～

日本泳法は、人との競争でなく、年齢や性別を問わずに自分のペースで楽しめる生涯スポーツです。優雅に見えますが、足腰、体幹が鍛えられ、健康増進に効果抜群です。顔を付けずに泳ぐので、息継ぎに不安がある方も水中歩行がお好きな方もぜひ体験してみてください。

神伝流の有資格者が指導しますので、是非一度お越しください。



【日本泳法（神伝流）体験会の日程】

- 1 日時 令和7年12月14日（日）15時～17時
- 2 会場 S A M石芝（松本市石芝 4-1-1 Tel0263-27-5210）
- 3 費用 500円（資料代 他）
- 4 持ち物 水着、キャップ、その他水泳に必要なもの
- 5 申し込み方法

右のQRコードから



<https://forms.gle/53JpLbpqvS4RwdRN8>

6 その他

- (1) お問い合わせ 090-4161-6207（17時以降：神伝流松本同好会）
- (2) 定期的に体験会を開催しますので、公式ホームページをご覧ください。



主催：神伝流松本同好会

公式ホームページ

<https://shindenryu-matsumoto.com>