

媒体发布

2015年5月

冬季游泳对儿童的健康和发育至关重要

尽管民间流传着“孩子在寒冷的月份游泳会生病”的说法,但冬天游泳的孩子身体更健康,免疫系统更强健,因此不易患上常见的冬季疾病。

冬季学习游泳至关重要,这不仅能确保孩子们能够自信、独立地游泳,还能保持他们的健康。

建议掌握以下技能,以便在夏季增加游泳活动。

莫纳什大学教育学院高级讲师蒂姆·林奇博士表示,得益于现代室内游泳设施提供的舒适条件,冬天也可以游泳。

林奇博士说:“如今,孩子们可以继续定期参加游泳课程和水上活动,从而最大限度地促进他们的发展并享受其中的乐趣。体育锻炼和游泳还能带来许多全面的健康益处。”

澳大利亚前游泳教练、儿童安全五项水上安全计划创始人劳里·劳伦斯也认为,游泳是一项健康的全年活动。

“冬天是提高游泳技能的最佳时机,”劳里说,“今年冬天,请重视一项可以挽救孩子生命的技能——教孩子游泳,并记住‘儿童安全五项技能’!”

位于弗兰克斯顿的半岛水上娱乐中心 (PARC) 最近开业,提供专门定制的游泳学习课程,为所有年龄段和能力水平的游泳者提供相应的游泳途径。

前英联邦运动会游泳奖牌获得者、PARC 中心经理 Simon Beqir 鼓励孩子们在冬季到 PARC 游泳,享受一流设施内可控的环境。

“游泳是冬季保持健康、增强儿童免疫系统并降低其易感性的最佳运动。”

冬季常见疾病。

“PARC全年24小时温度保持在26至30摄氏度之间,中心入口处设有防风雨设施。在PARC室内,您的孩子不会感受到冬天的寒冷,无论是进入中心、上游泳课、从泳池到热水淋浴,再到擦干换衣服,”贝基尔先生说道。

“PARC 拥有安全舒适的家庭友好型设施,我们为所有报名参加游泳课程的孩子们免费提供一顶 PARC 毛线帽,让他们在离开中心时保持头部温暖,”贝基尔先生继续说道。

PARC游泳课程保证每个孩子在三个学期后都会取得进步,否则他们将每周获得一次免费的第二节课,直到取得进步为止。

如需了解PARC游泳项目的更多信息,请访问www.parcswim.com.au或致电 03 9781 8444。

-结束-

如需了解更多信息或安排采访,请联系: Emily Dooley,专业公共关系公司,电话:

03 8643 1626,邮箱:emily.dooley@ppr.com.au