



# あたし、ひとりでのおよぎ船!!!

## ベビースイミングは一番最初に来れる習い事です!

### ベビースイミング

曜日 火曜 10:15~10:50  
土曜 11:45~12:20

対象 6ヶ月~3歳未満のベビーちゃんと保護者  
月会費 週1回 6,600円 週2回 8,250円  
月3回 5,280円

★お水遊びの大好きな子、ちょっと苦手な子、  
一緒にプールの解放的な空間で遊びながらお水  
に慣れていきましょう!

指定用品・水着・水泳帽・指導書(お子様のみ)

### 親子スイム

曜日 火曜 11:00~11:45  
土曜 11:45~12:30  
日曜 10:45~11:30※第3週目はお休みです。

対象 1歳6ヶ月~未就学児の子と保護者  
月会費 週1回 7,150円 週2回 8,470円  
★ママがコーチとなって、少しずつ一人で  
ぐったり、浮いたり、泳いだりします!元氣  
いっぱい動きまわろう!

指定用品・水着・水泳帽・バック・指導書(お子様のみ)

めまぐるしい発育発達をしているこの時期に運動することにより  
赤ちゃんの視野を広げ成長に大きなプラスになっていきます。

- ♪お子様の健康のために
- ♪遊びながら水と仲良しに!
- ♪ママの仲間づくりに
- ♪親子のスキンシップに

水温と体温の差が刺激となり皮膚が丈夫になります。また、水圧によって心肺機能が高まり病気への抵抗力をつけます。水の中での無重力運動はバランス感覚を養い、右脳の開発に役立ちます。

まだ水泳技術が身につくほど体や神経は発達していませんから水遊びの感覚です。繰り返し練習することで水泳の基本動作が身につくのです。まずは、水を好きになることから始めましょう。

健康な赤ちゃんはママの一番の願い。そんなママたちが集まっているから楽しいおしゃべりや育児の悩みを話し合っってストレス解消!

ベビーちゃんにとって、ママは全世界!ママの優しい肌の感触・呼びかける声・見つめる瞳はベビーちゃんの心を安定させる為にはなくてはならない大切なもの。プールは優しい愛情を育む最適な場!!



心と健康のスポーツコミュニティ

# スポーツ アカデミー 柏崎

柏崎市常盤台2-28 TEL 0257-24-7311



↑HPはコチラ↑