

## 育児の事を話せる 友達が欲しい！

同じくらいの月齢の赤ちゃんをもつママたちが集まるベビースイミングは、パパ・ママたちの情報交換や息抜きの場にもなります。

## 夜泣きが大変

ベビースイミングで昼間にカラダを動かして、夜にぐっすり眠る生活サイクルを整えます。

## スキンシップって どうすればいい？

ベビースイミングは親子のスキンシップに最適！赤ちゃんの感覚を刺激して、脳の発達を促します。

## お風呂が苦手

赤ちゃんの頃からお水に慣れることでお水に対する恐怖心をなくします。

# ベビーコース 参加者大募集♡

お子様の身体の成長をサポート  
★はじめてのパパ・ママでも大丈夫★

## 家族で楽しむベビースイミング

ベビースイミングでは赤ちゃんだけではなく、お父さんお母さんと一緒にプールに入ります。赤ちゃんの笑顔がいっぱい。おじいちゃんやおばあちゃんでもOK♪  
家族みんなで楽しみましょう♪

## パパ・ママの 運動不足

親子でおこなうベビースイミングはパパ・ママの運動不足解消にも！育児の疲れをプールでリフレッシュしましょう。

Webでお申込みできます



Hoosiers



心と健康のスポーツコミュニティ

**スポーツアカデミー 気仙沼**

URL <https://hoo-sports.com> 詳しくはHPまたはお気軽にお問い合わせ下さい。  
TEL0226-25-8130 〒988-0181 宮城県気仙沼市赤岩杉の沢64-1