

## 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合せ下さい。  
TEL0226-25-8130 〒988-0181 宮城県気仙沼市赤岩杉の沢64-1