

自然な心身の
発育発達よい
影響があります

お子様に体力が付き
風邪をひかない
強くて丈夫な身体に
なります！

親子や保護者様同士の
コミュニケーション
づくりに！

親子ベビーコース

7月1日よりスタート！

ベビースイミングとは？

おうちのかたとリズム体操やマッサージ、ストレッチを行ったり、お水の中で歌を歌ったり体を動かして、お子様とのコミュニケーションを図ります。



親子ベビークラスのご案内

- 場所** 南砺市城端温水プール
- 開催日** 木曜日・土曜日 (スクールカレンダー準ずる)
- 時間** 11時15分～12時00分
- 対象** 生後6ヶ月～3歳のお子様とその保護者様
- 月会費** 月4回コース 5,000円
月4回以上コース 6,000円

● 11:00 受付・着替え

11:00から受け付けを始めます。
ベビーノートを提出して頂き、着替えてプールサイドへお越しください。

● 11:15 出席確認・リズム体操

お名前を呼ばれたら元気よくお返事をしましょう。
その後みんなでリズム体操をします。

ベビーマッサージ・ストレッチ

お子様を寝かせてマッサージとストレッチを行います。
初めてのかたもコーチが説明しながら行いますので安心です。

● 11:30 シャワー・プールレッスン

シャワーを浴びてプールへ！
お子様を抱っこして歌を歌ったり体を動かします。
保護者様の運動不足解消にもなりますよ！

● 12:00 レッスン終了・採暖・着替え

手遊びをしてレッスン終了です。
プールサイドに温かいプールを用意していますので、温まってから着替えます。

パパ・ママはもちろん、
おじいちゃん、
おばあちゃんもどうぞ！



見学・無料体験レッスンも随時受け付けております

申込み・お問い合わせ

ナントスイミングクラブ (南砺市城端温水プール)

南砺市城端1938 Tel 0763-62-2892