



10月より都度参加制となります

ベビースイミング



ベビーちゃん、ママの体調・都合に合わせて通いやすくなりました

	実施日	時間	対象	定員	参加料金
10月	1・8・22・29 (土)	11:30~12:15	生後6カ月~ 2歳6カ月の お子様と保護者さま	5組	1,100円 (税込)
11月	5・12・19・26 (土)				

●ベビースイミングとは

お子さまと保護者さまと一緒にプールに入り、水中で運動を行うことです。

もともとベビーは生まれながらにして水に順応する能力を持っていますので、ベビーの習い事をスイミングがおススメできるのは、それが理由の一つとなります。運動内容は、「水遊び」や「水慣れ」を中心に行います。お子さまの体調やご機嫌、体力に合わせて楽しく水に慣れることができるようにすすめます。

また、保護者と子の肌と肌のスキンシップがはかれることや、日中に身体を使うことで、1日のリズムが作りやすくなるメリットもあります。



●期待できる効果

①機能の発育

水の刺激により、発育発達を促すことにより皮膚を鍛え、浮力による平衡感覚を養い、水の中での呼吸調整によって心肺機能の働きを向上させることができます。



②本能を活かし水慣れを育む

ベビーは水中で浮く、バランスをとる、手足を動かす、呼吸調整をするなどいくつかの水に対する本能・感覚を持っています。

水に対する恐怖心をもたない時期から、繰り返し練習することにより水の性質を知り、正しく理解させることにより水に慣れてきます。

③水中での呼吸法

水中で呼吸調整を身に着け、自らの身を守る危険時の呼吸を確保することができるようになります。

<お申込み方法>

☆フロント、又は、お電話にてお申込みください。
受付は当日9:30までとさせていただきます。

☆キャンセルについて
キャンセルされる場合はご連絡をお願い致します。

<持ち物>

★水着・キャップ・バスタオル（プールサイドにタオルをお持ちください）



TEL022-375-5550

〒981-3111 宮城県仙台市泉区松森字城前122-1

