

# 今こそ始めよう！！

## 親子で

# ベビースイミング

## 毎週月曜日開催中！！

【時間】 10:00～10:45

【対象】 生後6ヶ月～満3歳

【持ち物】 水着、水泳キャップ、タオル

【料金】 6回 6,600円(税込み)

【申込方法】 磐田温水プール受付窓口までお越しください。



👒 **入会特典** 👒 **水着と水泳キャッププレゼント** 🎁

## レッスン内容／レッスン効果

### レッスンの流れ

- ・着替え
- ・レッスンスタート
- ・出席確認
- ・親子体操
- ・水慣れ
- ・伏し浮き
- ・背浮き
- ・お顔つけや潜り  
(徐々に慣らし、無理はさせません)
- ・おもちゃ遊び
- ・お片づけ
- ・あいさつ
- ・採暖室またはジャグジーで暖まる
- ・着替え



### 発育・発達に合わせた、水慣れを指導

発育・発達に合わせて、泳ぐことよりも身を守る水慣れを指導します。遊びの中から水に慣れて、水中で動くことにより発育発達を促進します。

### 親子のスキンシップとストレス解消に！

ベビースイミングは赤ちゃんの発育や発達にとても良い効果が期待できます。適度で快適なベビースイミングは、風邪を引きにくくなった、よく眠るようになった、よく食べるようになったなど赤ちゃんの発育や発達にとても良い効果が期待できるとともに、脳の発達にも大きな影響を与え、脳の能力が最大限に開発され得ると言われています。また、お母さんとのスキンシップを楽しみながら効果をあげることができます。



ホームページ



磐田温水プール Tel : 0538-33-8855