

Baby Swimming

ベビースイミング



ベビースイミングは、
良いこと盛りだくさん!

追加募集!

赤ちゃんの頃から水に慣れ、
水への恐怖心をなくす

ベビースイミングを習うことで、赤
ちゃんは水への恐怖心がなくなり、
お風呂や水遊びが楽しみやすくなり
ます。

生活リズムが
整いやすくなる

スイミングは成長に必要な十分な運動が
短時間で確保でき、赤ちゃんは、たっぷ
り身体を動かした疲労感で夜はぐっすり。
食欲も増進するので離乳食ももりもり食
べてくれます。



親子間の
コミュニケーション

ママと赤ちゃんの肌が触れ合うことで
スキンシップをとることができ、安心
感を与えることができます。また、楽
しい時間を一緒に過ごすことで親子の
絆も深まります。

ママの
運動不足解消

水中では浮力が働き、陸上の運動より
負担をかけずに運動することができる
ので産後間もないママでも安心。身体
を動かすことでシェイプアップとスト
レス解消効果があります。

免疫力が高まり
身体が丈夫になる

身体を動かすことで血流がよくなり、新陳
代謝が高まることで、免疫力をアップして
風邪やウイルスなどに負けない身体づくり
ができます。

	対象	日程	時間	参加料
金曜コース	生後6ヵ月～1歳未満 (定員:10組20名)	2/15～3/15の金曜 (全5回)	11:15～ 12:00	7,000円
土曜コース	1歳～2歳6ヵ月 (定員:10組20名)	2/16～3/16の土曜 (全5回)		↓6,000円

初回キャンペーン
参加料1,000円OFF!

お申込みは直接窓口かお電話にて受付中!

(申込順)

LCA国際小学校北の丘センター

☎042-773-5570

〒252-0134

相模原市緑区下九沢2071-1

受付時間 9:00～21:00

開館時間 9:00～22:00