



冬でもプール!!!

ベビースイミングこそ

丈夫な体作りの第1歩!!



★身体が丈夫になる!

プールは温水となっていますが、赤ちゃんの体温より低い温度になります。そのため、体温を平常に保つために体温調節機能が活発に働き、寒さに負けない風邪をひきにくい体作りができます。



★冬場の運動不足解消に!

冬場はお外で遊べなくてお家に閉じこもり気味…そんな時こそプールへ♪水の中は、浮力の効果があるため赤ちゃんは自由に身体を動かすことができます!また、ママたちも水の中に入ることにより適度な運動とリラックス効果を得られることができます♪

人間の成長発達にとって最も重要な時期は1歳前後!なのでこの時期の赤ちゃんに十分な運動量と無理のないバリエーションに富んだ運動経験をさせることで、筋肉や骨格がバランスよく発達し生涯に渡る丈夫な体の基盤となるんです☆
冬だからといってじっとしているのはもったいない!!

<プールではこんな恰好がオススメ☆>



赤ちゃんは水着の上にラッシュガードを着て保温アップ♪
ママは袖ありタイプの水着もしくはラッシュガードを羽織ると安心してプールに入れます

始めてみたいなと思った方に♪

12月
1月限定

1ヶ月お試しコースがオススメ!!

★曜日: 月・木・土 11:30~12:30

生後6ヶ月から
始められます♪

★料金: 6,480円(週3回) 4,860円(月4回)

★持ち物: 水着・スイミングキャップ・水遊び用おむつ・バスタオル

★申込み: お電話もしくは直接アクシーマキフロントまでお申し込み下さい。

詳しい話を聞きたい方は…**アクシーMAKI:0256-73-3360**