

# ★ ベビースイミング無料体験のご案内 ★

## 《ベビースイミングの効果》

- 心肺機能、運動機能、免疫力が向上する。
- よく食べ、よく寝るようになる。
- 水遊びが好きになる。・保護者の運動不足解消などなど。



【実施日】 6月4日(火)・6日(木)・11日(火)・13日(木)・18日(火)・20日(木)・25日(火)・27日(木)

【時間】 11:00~12:00 (60分) ※通常クラスの授業内にて実施します。

【対象】 生後6か月から3歳のお子さまと保護者の方

【持ち物】 水着(水着の下に水遊びパンツ着用)、スイムキャップ、タオル、濡れもの入れ(ビニール袋)

※水遊びパンツ以外は、お子さま・保護者ともにご用意ください。

【定員】 各5組 ※お1組さま1回限り

【申込み】 前日(火曜日ご希望の場合は日曜日)までにお電話にてご予約ください。

赤穂市民総合体育館

☎ 0791-45-2091