



★ベビーコースおたより★

7月

日	月	火	水	木	金	土
		10:15~ 11:00	11:00~ 11:45	10:15~ 11:00	14:15~ 15:00	10:30~ 11:15
			1	2	3	4 自由遊泳
5	6	7	8	9	10	11 自由遊泳
12	13	14	15	16	17	18 自由遊泳
19	20	21	22	23	24	25 自由遊泳
26	27	28	29	30	31	

☆赤ちゃんにとって快適なエアコン温度設定☆

赤ちゃんの快適エアコン設定

夏 冷え過ぎに注意!

設定温度 25℃~28℃

1時間に一度換気。
夜は、日中よりも
1~2℃高く設定。
または、「おやすみモード」

風が直接
当たらない

冬 温度差、乾燥に注意!

設定温度 22℃前後

<寝入り>
1~2時間
部屋を暖める
加湿器を
使うのも良い

<目覚め>
1時間前から
部屋を暖かく
肌着+長袖シャツ+長ズボン

引用: BABYRINA

8月

日	月	火	水	木	金	土
		10:15~ 11:00	11:00~ 11:45	10:15~ 11:00	14:15~ 15:00	10:30~ 11:15
						1 自由遊泳
2	3	4	5	6	7	8 休講
9	10	休講	休講	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22 自由遊泳
23	24	25	26	27	28	29 自由遊泳
30	31					

はレッスン休講日、
 は終日休館日です。ご確認ください。

アリーナつきみ野スポーツクラブ

TEL 046-272-1717 FAX 046-272-1616

URL <http://www.e-atssc.com/>

月曜日午前中メンテナンスのため休館

(14:00~19:00 問い合わせ・各種申込受付可能)

※無料体験も随時受付中です!

ぜひお友達をご紹介ください!



アリーナつきみ野スポーツクラブ



✨アリーナのSNSアカウント紹介✨

当クラブのinstagramを始めました!
 クラブの最新情報を更新いたします。
 ベビークラスのレッスンの様子や
 イベントの情報もUPしていきますので
 ぜひ下部に掲載されているQRコードを読み込み
 フォローをお願いします! ☺
 (お子様の顔が写る場合は掲載前
 にご相談させていただき、保護者様の
 許可をいただいたもののみいたします。)

☆お母様へのお願い! ☆

- ★1歳を過ぎたらアームヘルパーをお持ちください。レンタルには限りがあります。また装着には身体の成長にもよりますので、コーチと相談して決めましょう。
- ★お子様のキャップにお名前をご記入下さい。
- ★お化粧は落とし、アクセサリは外しましょう。
- ★ロッカー内は飲食禁止となっております。赤ちゃんを待たせるなどの目的でどうしても…ということであれば、こぼしたり汚したりせぬよう、また、汚した場合はふき取るようお願い致します。
- ★お子様だけでロッカーの外に出ないようにご注意ください。