



# ARENA TSUKIMINO SPORTS CLUB

2021年 11・12月号

## ★ベビーコースおたより★

### 11月

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

### ハロウィンウィーク

10月26日(火)~28日(木)はハロウィングッズを用意してお待ちしております。たくさん来てね!

☆風が冷たくなる時期にこそプールに入って強い身体に☆  
外とプールとの温度差が激しいので、体調を崩さないよう  
こんなところに工夫してみましょう。

★プールに入る前に体操をしっかり行いましょう。アリーナでは冬になるにつれ、体操の時間を長めにしています。レッスン開始に遅れてしまった場合は親子で体操や身体のマッサージを行って身体をあたためてから、プールに入るようにしましょう。

★帰る時は帽子をかぶり身体を冷やさないよう、暖かい服装を心掛けましょう。



### 12月

日	月	火	水	木	金	土
		10:15~ 11:00	11:00~ 11:45	10:15~ 11:00	10:15~ 11:00	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
26	27	28	29	30	31	

### ☆コロナ対策として☆

館内への入場はレッスン時間15分前となります。検温してからの入場となりますので、それまでは入口前でお待ちください。

また、プールサイドへの入場はコーチから声をかけられるまではロッカールームでお待ちください。それまではマスク着用のご協力をお願いいたします。

### ✨アリーナのSNSアカウント紹介✨

クラブの最新情報を更新いたします。  
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。)



### ☆コーチからのお願い! ☆

★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。

★お化粧品は落とし、アクセサリーは外しましょう。

★ロッカー内は飲み物のみOKとなっております。  
こぼしてしまったり、汚してしまった場合には  
ふき取るようご協力をお願い致します。

★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。

はレッスン休講日

は休館日

2022年は1月4日(火)からレッスンが始まります。

### 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

