



ベビーコースおたより




1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	7 自由遊泳
8	9	10	11	12	13	14 自由遊泳
15	16	17	18	19	20	21 自由遊泳
22	23	24	25	26	27	28 自由遊泳
29	30	31				



2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 自由遊泳
26	27	28				

 はレッスン休講日
 は休館日
 は赤ちゃんお父さんお母さんが参加できるレッスンとなります。

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



あけましておめでとうございます
 本年もよろしくお願いいたします

風が冷たくなる時期にこそプールに入って風邪にも
 負けない強い身体を作りましょう！

ですが…

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。

☆自由遊泳について☆

土曜日は自由遊泳となっております。

25Mプールでの利用となります。

ご兄弟・ご姉妹が一緒に参加される場合お一人550円頂いております。お子様一人につき、保護者お一人様が一緒にプールに入るようお願いいたします。

タオル等の荷物はトイレ前の棚をご利用ください。

☆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

ベビーコースのレッスン風景もUPしていきます。

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、許可をいただいたもののみといたします。



☆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。