

# ようこそ！グンゼスポーツ ベビースイミングへ

## 子育てスイミング

♪ココロの変化に気がつける♪  
♪カラダのことがよく分かる♪  
♪♪未来がちょっと見えてくる♪♪



### 体操



全身のマッサージや  
関節の曲げ伸ばしを  
行います。

プール前にスキンシップ♪

### 水慣れ



少しずつ水に触って  
水なれをしていきます。

肌に刺激を与えて丈夫な  
カラダになろうね!

### 水中運動



プールの中では、ユラユラと体を揺らしたりして  
スキンシップを取りながら水になれて行きます。  
水中でしかできない遊びを親子で楽しみましょう!!

しっかり動けばシェイプアップになるかも?!



### ♥先輩ママの声♥

子供中心の生活では、普段なかなか体を動かさないけど  
ベビースイミングで一緒に身体を動かすことができるとって  
も嬉しいです♪産後のダイエットにもなるし(笑)  
お風呂が苦手だった子が今ではニコニコ♥  
同世代の子のママだから育児の話もしやすいですよ!!  
パパがお休みの時は、パパにお任せ!!



### ジャンピー君より

3歳までに習い事をするお子様がナント!?  
50%を占めているんですよ!! (グンゼスポーツ調べ)  
『運動能力』は運動することで0歳からでも急激に変化するんですよ!  
そのため、習い事を始めるタイミングは年々早くなっているのです!!

ファーストスクールはグンゼのスイミングがオススメです!



ジャンピー君

# ♡親子で一緒にベビースイミング♡



グンゼスポーツのベビースイミングでは  
パパやママと一緒にプールに入ります♪



## 体験実施中！

生後4カ月（首がすわってから）のお子様からベビースイミングを  
体験していただけます。

※体験は予約制となります。お一人様1回限り

お気軽にお電話にてお申込みください。



### 《体験時の持ち物》

お子様の水着・スイミングキャップ(水遊びパンツもご利用頂けます)・タオル  
保護者様水着(ビキニタイプはご遠慮ください)・スイミングキャップ・タオル

※お化粧・整髪料は水質保持の為洗い落としてください

※タトゥー(刺青)がある方のご利用はご遠慮いただいております



時 間	開 催 日	料 金	対 象
10:45~11:30	月・水・金・土	6,480円/月 ※フリー出席制	4カ月~3歳 ※首がすわっているお子様

※要予約

**GUNZE**  
SPORTS

グンゼスポーツ富山市民プラザ

☎ (076) 424-8801