

2021 年春季講習会メンバーズハンドブック(スプリング・ベビースタイル)

<日 程>

3月1日(月)～3月30日(火)

ママビクス(各月曜) : 保護者の方がエアロビクスをしながら身体をほぐします。

親子アクア(各火曜) : 保護者の方がお子様を抱っこしながら水中で手足を動かします。

ベビースイミング(各金曜) : 遊具などを使ってゲームをしながら、水に親しみます。

<時 間> 11:00～11:45

ママビクス

<集 合> 10:50～11:00の間に1階ホール

<持ち物>

- ・健康チェックカード(両面を使い、お子様と保護者の体温等を記入してください)
- ・なるべく動きやすい服装またはジャージなどでお越しください。
- ・飲み物(水筒に水、又はお茶を入れてお持ちください)
- ・運動ができる靴

※全ての持ち物に名前を書いてください。お子様の靴にも記名をお願いします。

親子アクア・ベビースイミング

<集 合> 10:35～10:50の間に3階カウンター前

<持ち物>

- ・健康チェックカード(両面を使い、お子様と保護者の体温等を記入してください)
- ・水着(お子様・保護者様) : お持ちの物で結構です。女性の方はお腹の隠れる水着をご用意ください。
- ・水泳帽(お子様・保護者様) : お子様は指定帽子を1階受付でご購入の上、名前の記入をお願いいたします。
- ・体を拭くタオル : お子様と保護者の方用の2枚をご用意ください。
- ・ビニール袋 : 濡れた水着などを入れる為のものになります。

※全ての持ち物に名前を書いてください。お子様の靴にも記名をお願いします。

<着替え>

- ・可能な保護者は自宅で水着を着用して来てください。シャワーで汗など流してからプールサイドに行きます。
- ・おむつの取れていないお子様も、水遊び用のおむつなどは必要ありません。
※オムツを捨てるごみ箱は感染予防のため設置していません。お持ち帰りください。
- ・ピアスやネックレスなどのアクセサリ類は外してください。接触の際、ケガにつながる可能性があります。

<その他>

- ・ドメイン「@buscatch.net」からのメールを受信できるように設定してください。