

# ベビースイミング



ラスタでプールデビューしませんか？水の中はとても気持ちいいです。水面をブクブクしたり、音楽に合わせて水の中で体を揺らしたり動かしたりしながら、赤ちゃんといっしょにプールを楽しみましょう。



赤ちゃんにとってはママのおなかに戻ったような感覚。皮膚感覚を鍛えることもできるよ。

## ◆日時◆

①4月 9日(日) 8:30~9:20 ※3月10日受付開始

②4月16日(日) 8:30~9:30 ※3月15日受付開始

★一日ずつお申込みいただけます。

◆場 所：ラスタホール 4階 フィットネスラスタのプール

◆対 象：①6ヵ月以上1歳くらい(歩く)までのお子さんと18歳以上の保護者  
②1歳~2歳(一人で歩ける)までのお子さんと18歳以上の保護者

◆定 員：各15組(大人1人、子1人)

◆受講料：1,000円(税込)／1日

◆持ち物：保護者…水着、タオル、水泳帽  
子ども…水着、タオル、スイムパンツ(プール用の紙おむつ)、  
水泳帽(②の講座を受講される子のみ)

◆講 師：健康運動指導士／保育士 秋丸貴子  
水中運動指導士 角田顕子



○天災・講師の急病等により、日程変更または中止となる場合がございます。  
○ご自宅を出られる前の検温をお願いします。  
○体調不良の場合は受講をご遠慮いただけますようお願いいたします。

### お問合せ・お申込み



ラスタホール TEL 072-781-8877 <火曜休館>  
<https://www.lustrehall.com>

ラスタホールのホームページにある「お申込みフォーム」に必要事項を入力のうち、送信してください。

送信後、2~3日たってもラスタホールからの返信が無い場合は、お電話でお問い合わせください。

※お申し込みは来館・電話が優先されます。ご了承ください。



伊丹市生涯学習センター/ラスタホール  
〒664-0865 伊丹市南野2-3-25