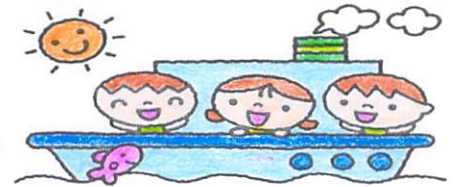


残暑お見舞
申し上げます

2020年

★ 8月ベビーだより ★

2020年8月JSS高槻中央スイミング



★ 8月のお休み ★

11日(火)～15日(土)

11日(火)は短期教室のみ
行っております！

☆☆ワンポイントアドバイス☆☆
ブクブクパ(呼吸のコントロール)

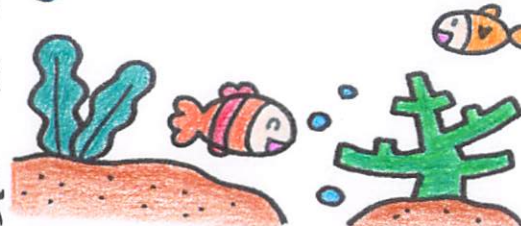
口をとがらせて水面でブクブクは
息を吐く練習、口を大きく開けて
パッは息を吸う練習です。
この2つを組み合わせることで、
プールでの呼吸方法ができるよう
になります！まずは、ママ・パパが
目の前でお手本をして見せることから
始めましょう☆興味を持ちましたら、
ベビーちゃんはマネをしてくれます♪
いっぱい褒めてあげてくださいね！

暑い日が続いて、ベビーちゃんだけでなく、パパ・ママも疲れが出やすい季節です。
休息とこまめな水分補給を忘れず、この夏を乗り切りましょう(^o^)
長かった休校日がやっと終わり、通常の授業が始まって約1か月が経ちました。
厳しい暑さの上、普段の生活に一気に戻って、、、いつもより疲れていませんか？
心身ともにちょっと疲れてるな〜〜という方！ぜひスイミングに来てください♪
ベビーちゃんはもちろん、パパ・ママもお水の気持ちよさに癒やされるはずです♪
「ベビーちゃんのための習い事だから!!!」と、がんばりすぎないで◎
パパ・ママのリフレッシュも兼ねて、スイミングを一緒に楽しみましょう!!



新しく榎原コーチが
仲間入りしました！

よろしくお願ひします♪



8月生まれの おともだち

♡おたんじょうびおめでとう♡

ななちゃん

はるとくん

そろそろ台風のシーズンがやってきます(>_<)
臨時休校などのお知らせはメールで配信します！
tcs@key.ocn.ne.jp (会員番号と名前を送信してください)
ご登録がまだの方は、ぜひご登録ください☆