

JSS米子

JSS米子のバビースイミングようこそ！

初めてのプール、バビちゃんにはドキドキ、慣れない環境に涙が出ちゃうかも、でも、ママやパパと一緒になら大丈夫、親子でスキンシップをとりながら楽しくレッスンしましょう。



レッスンの流れ

1. 体操 バビちゃんは水着の下に、おむつ、ママも水着で、トレーニングルームで、コーチと一緒に体操します。
(体調や天候をみて、上着などで調節して下さい。)

4. 退水 みんなで「サヨナラ」を

してから、シャワーをしてミニプールで温まってからバビちゃんを着替えさせてあげます。着替えが終ったら、コーチがトレーニングルームで「あずかります」その間にママは更衣室で着替えて下さい。

2. プールへ 乾燥室にバビちゃんを着替え、タオルを置いて、シャワーをくぐってプールへGO-!!

3. 入水 プールサイドに

座ります。みんなでごあいさつ。バビちゃんにやさしく声をかけながら、ムリせずゆっくりすすめていきましょう。

プールからあがったら

プールでの運動も汗をかいています。レッスンの後は水分補給してあげて下さい。ギャラリーなどで「お弁当、おやつなど、ゆっくり休憩してから帰っていただいてもOKです。」
プールでママ友の輪をひろげよう！

レッスン日 火曜日・木曜日 11:00 ~ 12:00

(体操15分 プールレッスン45分)

持ち物

水着、スリッパ、タオル (保護者、バビちゃん)

水遊びバスタブ

持ち物には名前を書こう！

レッスンお休み時のふりかえについて

バビちゃんには体調がごろごろ...「昨日まで元気だったのに...」なんてことよくありますよね。そこでバビークラスのみふりかえ出席がでるようになっています。前もってのふりかえは、ご遠慮下さい。ふりかえが出来るのは前月分までとします。お休みされる時は電話してください。

その他不安なこと質問、ご要望 etc...

ありましたら、コーチに何でも聞いて下さい。

バビークラス担当 石山 尚

JSS米子スイミングスクール
Tel 0859-22-6107

