

教室ガイド

この教室は「**脱！ママの運動不足**」をテーマに、お母さんのためのアクアエクササイズを展開します。産前の体型へ戻す目的や、ストレス解消、アクアリラクゼーションなど、子育て中のママたちがリフレッシュできる場を提供します！ベビースイミングのカリキュラムとは異なりますが、お子さんと一緒に水中でカラダを動かすことで、発育発達の促進につながります。

要 項

2～3 歳 児 の 親 子 5 組 町 内 在 住 者

午前10時00分 — 午前11時00分

講座日程（全9回） 木曜日

7月

17日・24日・31日

8月

7日・21日・28日

9月

4日・11日・18日

申 込

6月30日【月】 午前9時から受付開始

申込フォーム <https://logoform.jp/f/AbUQ1>



持ち物

入館料・子育て応援カード（公衆浴場無料券を使用できます）
・ プール用おむつ・水着・キャップ（名入り）

案 内

【高浜健康温泉センター ゆたん歩[®]】

営業時間 9：00 - 20：00 電話番号 0266-26-2626

大人400円 子ども200円 *3歳以上小学生以下

子育て応援カード・高齢者応援カード・障がい者手帳等掲示者200円