

親子アクアビクス

親子で一緒に楽しく運動し、心と身体をリフレッシュ！！



音楽に合わせて、身体を動かしてみませんか？

担当 吉沢 茜

日時 10月29日（土）

1部 10：30～10：50

2部 15：00～15：20

場所 小プール

定員 20名（各部）

受付方法 当日レッスン開始15分前より小プールにて受付開始

※定員になり次第受付終了

参加費 無料

対象 1部 未就学児と保護者

2部 小学生以上と保護者

※子ども1名につき保護者1名をお願いします。



注意事項 プールの底に足が届かないお子様の参加はご遠慮願います。（水深1.1m）

未就学児、小学校低学年のお子様はアームヘルパーの着用をお願いします。

アームヘルパーの貸出はございません。各自、持参ください。

途中で気分が悪くなられたり、しんどくなられた場合は

直ちに退水してください。

小さなお子様が抱っこを嫌がられた場合も1度退水をお願いします。