

【限定】 生後3ヶ月～2才のお子さまとママ

赤ちゃんの発育スイッチ運動教室



今、本来の発育過程をとばして、成長してしまう赤ちゃんが多くいらっしゃいます。大切な発育過程をとばすとどうなるのか…
こけやすい・疲れやすい・正しい姿勢を継続できないなど
上手に身体をコントロール出来ないまま育ってしまいます。



ぼくのスイッチを
押してくれるのは
パパ・ママだよ！

一生「運動」に困らない！運動の基礎が作られる3歳までの大切な期間

赤ちゃんの発育を促す運動教室で「発育スイッチ」を押してあげましょう！

〔日時〕 第1回：平成29年5月24日（水）10：30～11：30（受付10:00～10:20）
第2回：平成29年6月28日（水）10：30～11：30（受付10:00～10:20）

〔対象〕 生後3ヶ月（首すわり）～2才のお子さんとお母さん 15組（最少遂行人数4組）

〔場所〕 スイミングスクール ビッグ・エス鶴見
06-6912-3721



阪奈道路茨田浜交差点を花博方面へ
約50m

無料駐車場は「南野眼科」と「肉の和」の間に
あります。

〔料金〕 各回1,000円+税

〔担当〕 リーボンバレエ&ウェルネス協会 安田由香里さん・黒松与子さん

〔申込方法〕 第1回申込〆切：5月22日（月）・第2回申込〆切：6月26日（月）

- イベント〆切日までにご来館いただき、フロントにてお手続き下さい
- イベント〆切日までに電話で申込（TEL06-6912-3721）

「赤ちゃんの発育スイッチ運動教室」申込書（料金1回1,080円） 参加日： 5月24日 ・ 6月28日

お名前	ママ			連絡先	
	お子さま	(才 ヶ月)		緊急 連絡先	()
会員・一般	一般の方のみ	住所			

何で体験を知りましたか？（館内の案内やチラシ / 友だちの紹介 / Facebook / その他）

※ご記入いただいた個人情報は、ビッグ・エス鶴見からのご案内やお知らせ、キャンペーン情報等に使用し、第三者に提供することはありません。
また弊社コンプライアンス規定に則り適正に管理いたします。

健康で明るく
育てほしいなあ...

夜、
しっかり寝て欲しいなあ~



まだ動けない時期でも
できる体操を知りたいなあ~

ハイハイよりも歩く方が
好きみたい...

運動好きに
なって欲しいなあ...



そんな悩みをスッキリ解消できる赤ちゃん教室です！

赤ちゃん教室では、保護者様と一緒にお子様の成長段階に合わせた運動や遊びを通じて健康なカラダづくりと運動能力の発達をサポートします。
特に、**0歳~2歳のお子様は成長の著しい発育発達段階の真っ只中**におられます！
この時期に運動の機会を多く与えてあげることで、今後様々なスポーツや運動と親しみやすい「カラダの根っこ」を創り上げることが叶います。

赤ちゃん教室の流れ

- 0 挨拶・出席
- 10 体調チェック・準備体操
- 年齢別の運動指導
- 30 お母さんのリフレッシュ体操
- 40 発育相談など
- 60 挨拶

赤ちゃんがグズった時は
気にせず対応してあげて下さい
ね♪



運動大好きスイッチ



持ち物など
・吸水性の良い服装
(フード、スカートはお控えください)
・飲み物 ・汗拭き

はじめてのお母さんでも
安心して参加いただけます♪



★ 担当者のご紹介 ★



くろまつともこ

黒松 与子

◆資格◆
健康運動指導士
JCCA(日本コアコンディショニング協会)認定講師
NCA プロフェッショナルコンディショニングトレーナー
アメリカスポーツ医学界 ACSM/EP-C ほか
◆活動実績◆
大阪国際大学 非常勤講師
ベビー&ママヨガ(寝屋川市こどもセンター)
「発育発達と姿勢」講演(PTA他)
健康保険栄養コース講師(大阪市) ほか



やすだ ゆかり

安田 由香里

◆資格◆
日本フィットネス協会公認インストラクター
日本マタニティフィットネス協会公認インストラクター
日本コミュニケーショントレーナー協会
メンタルコーチ1級 心理セラピスト1級
◆活動実績◆
リボンバレエ&ウエルネス協会 代表理事
「リボンバレエ®」
(商標登録 第5843297号考案)