

親子のはじめてを

応援！

# デビュー★ DAY



グンゼスポーツには  
親子で楽しめるイベントがいっぱい！  
お子さまの成長の記念になる  
企画を準備してお待ちしています！  
ぜひお気軽にお越しください。



12月・1月のイベント

予約  
不要

## 手形足形アート ワークショップ

赤ちゃん和妈妈パパの  
共同作業で作る思い出アート。  
かわいい台紙に手形や足形を押して、  
世界に一つの作品を作りましょう。

イベント情報は  
こちらから！



参加費  
無料



※写真はイメージです。



グンゼではじめる

# 親子スイミング

ぎゅっとハグして育てるすこやかな心とカラダ。

はじめの一步を親子いっしょに『グンゼの親子スイミング』ではじめませんか？

かぞくみんなにうれしい！

## 3つのハグくみポイント

♡ 1

### スキンシップで いいカンケイ

水中でいっしょに体を動かしながら  
コミュニケーションをとり  
あたらしい体験をともにすることが、  
親子の信頼関係をさらに深めるきっかけに。

♡ 2

### リラックスできるから けんこうなこころ

おうちとは違う環境で行う  
水中運動の適度な疲労感や  
水のリラックス効果、  
ストレス発散効果で  
お子さまのこころもリフレッシュ！  
しっかり運動すると夜ぐっすり眠れるから、  
ママパパにも嬉しいですね。

ZZZ

♡ 3

### 水中運動の効果で つよいカラダ

水の効果として注目したい  
4つのポイントが  
浮力・抵抗・水温・水圧。  
これらは発達途中のお子さまのカラダにも  
ちょうど良い刺激を与え、体の発達に役立つ  
運動効果はもちろん、体温調節機能や心肺機能の  
成長にも良い効果があるとされています。



## 親子スイミングお申込み受付中

／ 今ならおトクな入会特典 ／

さらに今なら  
会員登録料  
無料！

月会費

税込 **5,280** 円 / 月

早期の  
水慣れで  
安心、健康！

対象

生後4ヶ月～3歳未満の  
お子さまと保護者

曜日・時間

月・水・金…10:45～11:30  
土 …10:45～11:30

回数

指定曜日内で  
**通い放題**

忙しい  
パパママ、  
体調が不安定な  
お子さまに  
やさしい！



回数制限が無いので、  
ご予約やお子さまの体調に合わせて  
いつでもご参加いただけます。

あなたのこちいい まちなかフィットネス  
**グンゼスイミングスクール 富山市民プラザ**

〒930-0084 富山市大手町6-14 市民プラザ内

FIA(日本フィットネス産業協会)加盟店 市民プラザ内

TEL.076-424-8801



www.gunzesports.com

グンゼスイミングスクール

検索

※休館日毎月10日・20日・月末日 ※その他年末年始・お盆・施設点検日等で臨時休館日あり。

ご入会時に必要なもの

- ①月会費2ヶ月分
- ②各スクール指定品代金
- ③金融機関の  
キャッシュカード

※銀行またはゆうちょ銀行

※月会費、指定品代金はスクールにより  
異なります。  
詳しくはホームページをご確認ください。

