

マタニティ コース

体験レッスンのご案内

①レッスン20分前 フロント

- ・体験申込書のご記入
- ・体験料のお支払いと説明
- ・診断書、母子手帳の確認
(診断書はコピーさせていただきます)

②体温・血圧 体重測定

③ロッカーで お着替え

- ・ロッカーは10円のリターン式です
必ず鍵を掛けてください

④プールサイドへ

- ・母子手帳、タオル、ドリンクを
お持ちいただき、シャワーを浴び
ずに移動

⑤助産師による問診

- ・母子手帳、当日の測定結果を
参考にレッスン参加可/不可の
判断をさせていただきます
- ・不可の場合当日の体験はキャンセル
とさせていただきます

⑥シャワーを浴びて プールへ入水

- ・レッスンスターまでプールサイド又は
水中で水慣れをしてお待ちください

入会のご案内

- ・即日入会手続き
- ・後日手続き、ご検討の方は
書類/資料をお持ち帰りください

⑩アンケートに ご協力ください

- ・水分補給など休憩をしてからで結構で
す。ご記入をよろしくお願いいたします

⑨シャワーを 浴びてお着替え

- ・プールサイド、ロッカー内に個室の
シャワーがございます
- ・フロントにレンタルドライヤーがありま
すのでご利用ください

⑧レッスン終了

- ・プールサイドで問診と血圧測定をします
- ・不安な事などご相談ください

⑦レッスンスター

- ・レッスンはスイムの日と
アクアの日があります
- ・60分レッスンで、プールサイドには
助産師が待機しております