



産後ママヨガ



ママの身体をケアするためのクラスです。呼吸やヨガのポーズで身体の緊張を解き、さらにバランスを整えていきます。お子様の様子を見ながら進めていきますので、安心してご参加ください。

日程

水曜日 10:15-11:00
木曜日 9:30-10:15

料金

月4回 4,950円
体験 / 1回 1,650円

対象

1ヶ月健診後～3歳未満

持ち物

動きやすい服装（シューズ不要）、お飲み物、お子様に必要なもの

予約方法 お申込みはこちらから→
新規会員登録後ご予約いただけます。



親子スイム



お子様と一緒に水中の楽しさを体験するとともに、充実したスキンシップの機会となるクラスです。水の浮力や抵抗により、心肺機能の向上や皮膚の鍛錬などが期待できます。

日程

木曜日 11:00-12:00

料金

体験 1,100円

対象

6ヶ月～3歳未満

持ち物

水着、スイムキャップ（お子様なしでも可）
タオル、水遊び用おむつ

予約方法 お電話またはHPのお問い合わせよりお申し込みください。

※親子スイムは入会・紹介等の特典は対象外です。
※価格はすべて消費税込です。

スポーツクラブNAS 新川崎

TEL:044-201-7581

〒212-0032 川崎市幸区新川崎5-2シンカモール4F-5F
【営業時間】 平日/10:00-23:00 土 曜/10:00-22:00
日・祝/10:00-20:00

詳しい情報はコチラ



NAS新川崎

提携駐車場

80台

※NASご利用の場合 150円/時

