

親子ヨガ

親子でスキンシップをとりながらヨガを楽しみ、
リフレッシュしましょう。

日 時 : **12月5日**(金)

① **10時00分～10時40分**

② **11時00分～11時40分**

場 所 : 子育て総合支援センター「めくめく」
アクティブルーム

講 師 : 藤波 美由樹 さん (ヨガインストラクター)

対 象 : 主に未就園児とその保護者

① はいはいまでの子

② 1人で歩ける子

定 員 : 各10組



持ち物: バスタオル・水分補給の飲み物

動きやすい服装

☆バスタオルがあると

ゴロゴロさせやすいです

申込み : **11月21日(金)午前 9:30～**
電話または直接下記へ



申込み先
電 話

子育て総合支援センター「めくめく」
042-985-8020