

心も身体も健康に!!

参加費無料

親子でふれあい教室



2013年**3月10日(日)** 9:40~11:30

場所: **アオッサ6F レクレーション室AB**



親子で楽しくダンス♪

9:40~10:10

親子でカラダを動かして、楽しくコミュニケーション!
おうちでも楽しめるから遊びで、元気に過ごしましょう!!

対象: 2歳~5歳位のお子様とその保護者

※動きやすい服装でお越しください

参加費無料

各クラス定員40組

親子でヨガ

10:20~10:50



リラックスしてスキンシップをとりながら、
和やかな雰囲気の中でヨガを楽しみましょう。

ママの骨盤調整やカラダのゆがみの
改善効果も♥

対象: 0~3歳位のお子様とその保護者

参加費無料

ベビーマッサージ

11:00~11:30

大好きなママの手でゆっくりマッサージ
赤ちゃんもニコニコ^^
手技にこだわらず、赤ちゃんとのふれあいを大切にします。お気軽にご参加ください。

対象: 0~2歳位の赤ちゃん

持ち物: バスタオル

参加費無料



申込方法

電話・FAX・メールにてお申込みください。

講座名・ご住所・お名前・年齢・電話番号をお伝えください。

特定非営利活動法人



生涯体育学習振興機構

Study of Lifelong Sports Promotion Structure

ゆりかごから墓場までの運動指導

TEL & FAX **0776-25-5722** (TELは平日9時~14時半)

mail **info@e-syotai.jp** 件名「親子体操申込」と入れてください

