

Heart ウォーミング warming ヨガ yoga

～親子ヨガですっきりほっこり～

① 7月22日(日) 11:00～12:00

② 8月22日(水) 11:00～12:00

★持ち物★

- * 飲み物
- * 汗拭きタオル

動きやすい服装できてね

申込開始は

①6/22(金)②7/23(月)

午前10時からです!

電話(046-259-7592)または
直接こども広場カウンター



対象

小学生とその保護者

定員

先着 親子10組

*ペアヨガポーズでは
スキンシップもとれ楽しいですよ♪

参加費

500円

(前日・当日のキャンセルは
キャンセル代として全額500円を頂きます)

会場

大和市文化創造拠点 シリウス
3階屋内こども広場 多目的室



*ヨガ経験のないパパやママでも、気軽に楽しめます。

*呼吸を整えて、子どもと楽しく体を動かす事を目標にします♪