



# fun fun Yoga

子どもがヨガ??

子どもだってヨガ!!

～キッズヨガで元気に楽しく遊ぼう～

6月23日(土)

11:00～11:50



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

対象：小学1年生～小学3年生

定員：先着 10名

参加費：500円(当日支払い)

(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)

持ち物：動きやすい服装・飲み物

申込：5月28日(月)午前10時より

電話(046-259-7592)または、直接こども広場カウンター



## こんな方にオススメ

- \* ヨガを体験してみたい、楽しみたい
- \* お友達とヨガをしてあそびたい
- \* スポーツは苦手だけど、体を動かしたい
- \* 落ち着きがないので、ヨガの呼吸法を学びたい
- \* ヨガをスポーツに活かしたい
- \* 柔軟性を高め、体幹を強化したい

