

ママとアネシィ

やさしい 養生気功

自分のペースで

運動が苦手
身体が固くても
大丈夫

ゆったり
心地よく



養生気功の代表的なポーズ
巻指(まきゆび)



担当インストラクター
篠田浩子

日時：**12月26日** (土) 10時～11時

お申込：**11月30日** (月) 午前10時より

電話 (046-259-7592) または3階屋内こども広場カウンターにて

参加費：**500円** (保育代含む / 2人目からは1人あたり250円)

(開催日の前日・当日のキャンセルは、キャンセル代として全額頂戴します)

会場：大和市文化創造拠点シリウス3階 多目的室

持ち物：動きやすい服装、お飲み物

定員：女性の方 5名 (先着) ※保育有 要申込 (保育対象1歳～未就学児)