

# ヨガ こともしもyoga with ママ

子どもが主役のヨガプログラム  
ママも一緒にenjoy!



<ヨガを通して正しい姿勢とまなびの基本をインプット>

## 3月29日(水) 15:30~16:30

❖申込期間：3月1日(水)10時～3月5日(日)12時 窓口または電話にて  
※講座にご参加いただける方のみ申込開始日より1週間前後にご連絡いたします

対 象：3歳～未就学のお子さまと保護者

定 員：5組

参加費：500円（お子さま1人増える毎に250円）

※別途保育室（有料）もご利用いただけます

※キャンセル料は開催日前日から全額頂戴いたします

持ち物：ヨガマット・お飲み物・タオル・お子さまの着替え

会 場：シリウス3階 多目的室

動きやすい服装でお越しください



子どもヨガインストラクター  
飯野ともみ先生

【申込み・お問い合わせ】TEL:046-259-7592

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため  
中止・延期となる場合がございます。ご了承下さい。