

ママとアネシィ

よう じょう き こう

やさしい 養生気功

運動が苦手
身体が固くても
大丈夫！

呼吸にあわせ
身体の隅々まで
伸ばす

身体と心の
バランスを
整える



担当インストラクター
篠田浩子

1 19

日 時：1 月 19 日(火)

10時～11時
開催中止

申込日：12月18日(金)

10時より

2 1

日 時：2 月 1 日(月)

10時～11時
開催中止

申込日：1月7日(木)

10時より

3 16

日 時：3 月 16 日(火)

10時～11時

申込日：2月16日(火)

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 5名(先着)

※保育有 要申込(保育対象1歳～未就学児)

大変申し訳ありませんが、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。予めご了承ください。

大和市文化創造拠点 シリウス3階屋内こども広場
お問合わせ：TEL 046-259-7592