

Heart warming yoga

親子で健康!!

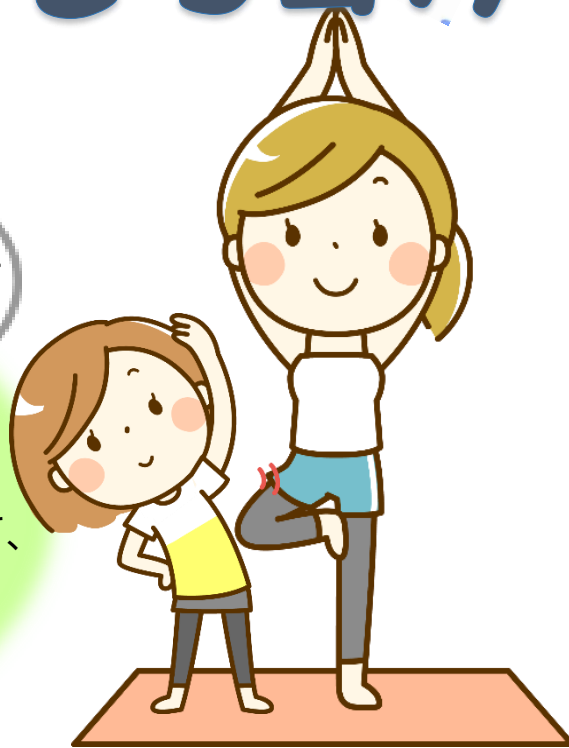
脳トし&すっきりヨガ

心も体も
温かく

寒さに負けない
体をつくろう!!

親子ヨガはヨガ経験のない
パパやママでも気軽に楽しめます。

ポーズをきちんととる事よりも、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♪
親子でするペアヨガポーズやゲームは
スキンシップもとれ楽しいですよ♪



日時：2月10日（日）11：00～12：00

定員：4歳～小学生の親子 先着8組

会場：3階 多目的室

参加費：500円（1人増える毎に250円）

※開催日前日・当日のキャンセルは、キャンセル料500円を
いただきます。

申込み：1月11日（金）10時より

電話 (046-259-7592) または、

直接こども広場カウンターへ

大和市文化創造拠点シリウス
〒242-0016

神奈川県大和市大和南一丁目8番1号
小田急江ノ島線・相鉄本線 大和駅から徒歩3分
お問合せ：屋内こども広場 046-259-7592

主催：やまとみらい（大和市文化創造拠点 指定管理者）