

# 屋内こども広場の フィットネス

## 産後トレーニングヨガ



# YOGA

### 11月12日(火) 10:00~11:00

申込期間：10月10日(木)10時~10月14日(月・祝)12時 窓口または電話にて受付  
※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：18歳以上※高校生は保護者の同意が必要です

定員：10名

参加費：500円

※キャンセル料は開催日前日から全額頂戴いたします

※保育代含む / 要申込(保育対象1歳~未就学児)

こども1人増えるごとに追加料金250円頂戴いたします

持ち物：水分補給のための飲み物、ヨガマット、  
タオル ※動きやすい服装でお越しく下さい



講師  
飯野 ともみ 先生

会場：シリウス3階 多目的室

【申込み・お問い合わせ】TEL:046-259-7592

天候や交通機関等の状況により中止・延期となる場合がございます。  
ご理解・ご協力のほどよろしくお願いたします。