

ママとアネシィ キックエアロ

楽しく!

体幹を鍛える!

自分開放!



燃焼系エアロビクスで
燃やせ、ストレス!

日時: **11月19日** (火) 10時~11時

お申込: **10月18日** (金) 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、

ヨガマット (バスタオル)、室内履き用運動靴

定員: 0歳から小学生のお子様のお母様 10名 (先着)

※保育有 要申込 (保育対象1歳~未就学児)

今後の開催予定日

2020年 1/21 (火) 3/17 (火)

申込は前月18日10時より

担当インストラクター
篠田浩子



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