

ママのための ストレッチ講座

日頃の疲れや、体の不調をストレッチで癒しませんか。

日時：10月23日（月） 10：30～11：20

対象：18歳までの子を持つ保護者 先着15人

持参物：タオル、飲み物、

ヨガマットまたはバスタオル（ある方）

講師：ALPHA FreeDance Studio 水田 真子先生

※お子さんと一緒にご参加頂けます。

10月4日（水）～

申込開始

*申し込み後、キャンセルする場合はよしいのこども館まで連絡してください。

*活動中の写真を広報やつうしん・報告書等に掲載する場合があります。ご了承ください。

【お問い合わせ】東温市よしいのこども館（089）955-2026

切り取り

第2回 Café タイム 「ママのためのストレッチ講座」 申込用紙

氏名

お住まいの地区名

東温市（ ）

その他（ ）

電話番号

-

-

先生に聞いてみたいことがあればお書きください