



親子でアニマルヨーガ講座

～クマ・ネコ・イヌ・ヒヨコのヨーガを楽しくやってみませんか？動物のポーズをとりながら親子でスキンシップを取り、心身のバランスを整え、親子の絆をより深めましょう。～

日 時：10月3日・10日・17日（土曜日）

10：00～11：00 全3回

場 所：ふれあい交流センター萩原 1階 大広間

講 師：中村聖子 先生（ヨガインストラクター）

定 員：15組

対 象：市内在住の年中～小学生とその保護者（祖父母様歓迎）

参加費：無料

持ち物：タオル・ヨガマット（またはバスタオル）

水分補給用の飲み物



【募集期間】

8月25日（火）～

9月19日（土）



親子で楽しもう！

電話・FAX・直接窓口またはQRコードよりお申込みください（応募者多数の場合は抽選）

浜松市中央区初生町1番地
ふれあい交流センター 萩原
電話（FAX 兼用）053-439-4178

