

親子ヨガ教室



親子 DE yoga time

日時 第1木曜日 13:00~14:00

- ① 6月4日(木) ② 7月2日(木)
- ③ 9月3日(木) ④ 10月1日(木)
- ⑤ 12月3日(木) (全5回開催)

【タイムスケジュール】

◎13:00~14:00 yogatime

◎14:00~15:00 交流time

※今年度から新たに交流timeを設けました。
交流の場としてお使いいただけます。

場所

豊郷公民館 会議室

〒311-0047 鹿嶋市須賀1692-1

持ち物

・飲み物 ・タオル ・ヨガマット※ヨガマットの貸し出しあります。

参加費

1家族500円(年間保険料込み)※初回参加時に集めます。

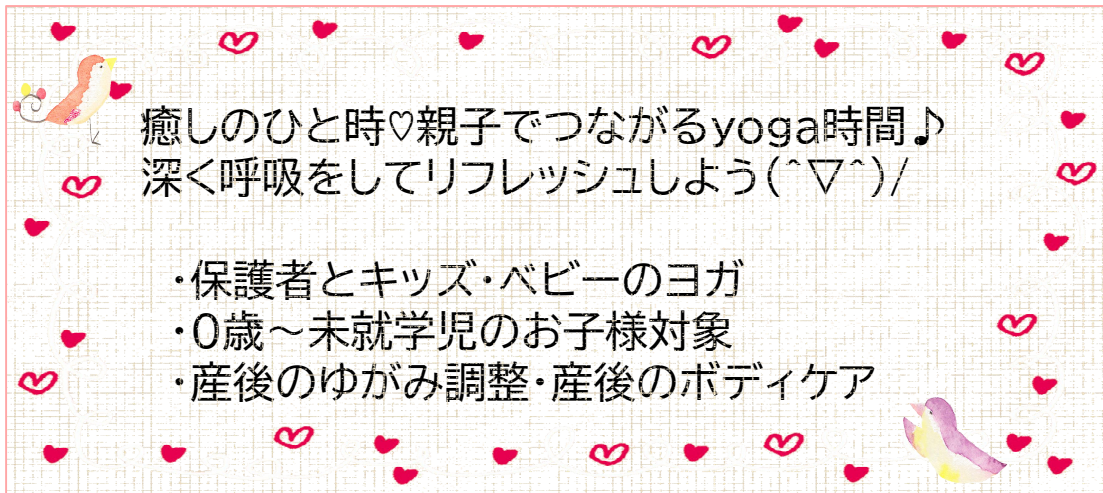
【申し込み・問合せ先】

豊郷公民館 TEL:82-7246

FAX:83-9187



右記QR
コードから
もお申込み
できます



癒しのひと時♡親子でつながるyoga時間♪
深く呼吸をしてリフレッシュしよう(^▽^)/

- ・保護者とキッズ・ベビーのヨガ
- ・0歳～未就学児のお子様対象
- ・産後のゆがみ調整・産後のボディケア



親子で楽しむヨガ♪



運動不足解消に♪



～講師紹介～

羽生 ゆみ先生

- ・ヨガインストラクター
- ・整理収納1級講師



※風邪症状や体調が悪い場合、参加をお控えください。
※職員が撮影した写真は事業記録やホームページ・SNSに使用する事があります。