

# おやこほっとタイム








第1回

# おやこヨガ




6/12  
(金)

親子でふれあいながら、ゆったりとヨガを楽しみませんか？  
日頃の子育ての疲れを癒し、リラックスした時間を過ごしましょう♪



-  時間 10:30～11:30
-  場所 南中山市民センター 2階 和室 (1)(2)(3)
-  対象 1～3歳の幼児親子 10組【先着】
-  講師 えがおのレシピ ヨガインストラクター  
榊原 美由紀 先生
-  持ち物 飲み物、あればヨガマットかバスタオル
-  参加費 無料
-  申込 5月26日(火) 10:30～

下記のいずれかに電話または窓口まで

-  南中山市民センター (379-4780)
-  南中山児童センター (379-3695)
-  北中山児童センター (379-5568)

※お申し込みの際の個人情報は、この講座にのみ使用いたします。

