



春の親子ヨガ



【日時】

5月14日(火)

6月11日(火)

10時~11時

※1日のみの参加もOK

【対象】

6か月~3歳ぐら
いの幼児と保護者

各日8組(16名)

※幼児1名につき保護者1名
のペアで申込ください。

【申込】

4月10日(水)~

電話または来館
(9時~17時)

先着順

ヨガ未経験者・身体の硬い方
心配ご無用!
ムリのないプログラムです♡



ご案内

託児ヨガではありません。

お子さんと一緒にヨガを楽しみます♪

場所:八木地区公民館 2階講座室 1

根木圭子先生

- ・女性専用ヨガ教室
「プラヴァー」主宰
- ・全米ヨガアライアンス
RYT200 取得



申込・問合せ 八木地区公民館 072-443-6848(月・祝休館)