

親子でヨガ 10月

『 ママヨガ 』

— ママも子どももリフレッシュ —

爽やかな季節になりました。体を動かすことも楽になりましたね。
初めての方でも大丈夫、ゆっくり体を動かしていきましょう。
密を避けるため親子で5組の募集といたします。
動きやすい服装でお越しください。

日 時	<u>10月15日(木)</u> AM 10:30~AM 11:30
講 師	国際中医美容師 高橋 可奈子 氏
対 象	0歳から6歳までのお子さまと保護者の方
持 ち 物	親子で飲める飲み物、汗拭きタオル、バスタオル（敷きます） 子どものおもちゃ（壊れにくい物、音の出ない物）
服 装	動きやすい服装
人 数	先着 親子5組まで

- ※ 当日、体調の悪い方はキャンセルをしてください。
- ※ マスク着用でお越しください。園舎内に入る前に検温と手洗い・アルコール消毒を行ってください。
- ※ *検温時に37.5℃以上は参加できません。ご了承ください。
- ※ 入口でお名前と連絡先のご記入をお願いします。
- ※ 妊娠中、妊娠の可能性のある方はご遠慮ください。

申し込み・お問い合わせ
TEL 078-791-3369



- ☆ 申し込みは **10月1日(木) 9時**からです。
- ☆ 1回の申し込みで1組とさせていただきます。
- ☆ 駐車場の利用はできません。徒歩か自転車・ベビーカーなどでお越しください。ご協力 よろしく申し上げます。