

ヨガ

日時：2021年4月12日(月)

場所：うつみ化粧品店2F ヨガスタジオ

定員：大人定員8名 託児定員5名

参加費：300円/1世帯 + 託児料200円/1人

講師：内海 珠美 さん

準備物：ヨガセット (動きやすい服装・飲み物・

あればヨガマット・タオル)

託児セット (オムツ、着替え、お茶、ミルク、

ゴミ袋、タオル)

内容：日頃の運動不足を、ヨガで解消
してみませんか？

9:30~10:15 託児受け入れ

10:20 保護者移動 (うつみ化粧品店へ)

10:30~11:30 ヨガレッスン

11:30 保護者移動 (ひろばへ)

お願い

駐車場に限りがあるため
車を乗り合わせたの
移動となりますので
ご協力お願いいたします

電話予約受付開始：4月5日(月)9:30~

＜お問合せ・お申込み＞

コムコムひろば・あやうた

0877-35-7114

