

なんぶ^{de}

親子ヨガ

ヨガを通して、子育てによる肩こりや腰痛の改善、ストレス解消など、お子さんと一緒に、楽しいヨガの時間を通して、心も体もリラックスしませんか？



【日 時】 2019年 5月16日（木） 10:00～11:00

【場 所】 南部児童センター 多目的室

【対 象】 幼児とその保護者 15組

※4月23日（火）から当センター事務室で参加券を配布（先着順）

【参加費】 無料

【内 容】 親子で楽しめるヨガ体験


※親子ともに動きやすい服装でご参加ください。

【持ち物】 ヨガマット（お持ちでない方は、バスタオルでも可）・飲み物・タオル

【協 力】 えひめみんなのヨガサークル 鎌田 美佳先生

【備 考】 活動の様子を撮影し、ホームページやイベント報告等に使用する場合があります。

【お問合せ・お申込先】



社会福祉法人

松山市社会福祉事業団

松山市南部児童センター

〒790-0942
松山市古川北3丁目8-20
Tel (089) 969-1005
【担当】玉城

----- き り と り -----

『なんぶ de 親子ヨガ』 申込書

受付日（ 月 日）・受付者（ ）

参加券番号（ ）

フリガナ			
参加者氏名 【保護者】		電話番号	— —

▼一緒に参加もしくはご来館のお子さんについて、ご記入ください（※対象：未就園児）

氏 名	（ 男 ・ 女 ）	生年月日	平成	年	月	日（ 歳）
氏 名	（ 男 ・ 女 ）	生年月日	平成	年	月	日（ 歳）

※個人情報につきましては、当事業の目的以外には使用いたしません

※事業の中止や日時変更などの際、ご記入の電話番号へご連絡させていただきます