

ママヨガ

ヨガで心と体をゆるめて、ゆったりとした時間を過ごしませんか？ 簡単なポーズなので、ヨガが初めてという方でも大丈夫です♪ ご自分の体を見つめて、一緒にリフレッシュしましょう！

【日時】 平成31年3月15日（金）10:00～10:50

【場所】 味生児童館 遊戯室

【内容】 ママヨガ体験

【対象】 幼児とその保護者

【定員】 15組 ※応募多数の場合は抽選

【参加費】 親子1組につき100円

【講師】 YuruYoga☆Padma インストラクター 田中 幸子先生

【持参物】 バスタオルとフェイスタオル各1枚、飲み物など



★申込方法について★

おすすめ!

- ①ホームページからの申込み → 抽選結果をメールでお知らせします。
味生児童館ホームページのイベント申込みフォームに必要事項をご入力の上、送信してください。
- ②児童館での申込み → 抽選結果をハガキでお知らせします。
申込み用紙に必要事項をご記入の上、返信用ハガキ（宛名記入）を添えて事務室までお持ちください。
- ③往復ハガキでの申込み → 抽選結果をハガキでお知らせします。
往復ハガキに下記の必要事項をご記入の上、締切日までに味生児童館までお送りください。
- ④FAXでの申込み → 抽選結果をFAXでお知らせします。
必要事項をご記入の上、味生児童館まで送信してください。（返信用のFAX番号必須）

しめきり
3月8日（金）
必着



♪申し込み・お問い合わせ♪
社会福祉法人 松山市社会福祉事業団
松山市味生児童館
〒791-8056
松山市別府町177-1
☎953-5051 FAX 953-5052

切り取り線

平成30年度 【子育て講座④】 ママヨガ申込用紙

月 日 受付 () (はがき 入・未)

氏名 (男・女) 年齢 才 ヶ月

兄弟氏名 (男・女) 年齢 才 ヶ月

住所 〒

電話番号

保護者名