

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】 令和2年3月13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】 **無料**

【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

【その他】 ★遊戯室の隣の集会室で託児を行います。なお、託児の希望人数が多い場合は、希望に添えない場合もありますのでご了承ください。



★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6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 -----

令和元年度【子育て講座⑫】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

託児
要 ・ 不要

住所 〒 _____

電話番号 _____

保護者名 _____