

おやこ体操教室

親子のふれあいは、安心感や信頼感を高め、心や体の発達にも大切です。身体を動かす楽しさ、「できた」という達成感などを運動をとおして体験してみませんか。お気軽にご参加ください。

日 時：令和7年7月15日(火)
午前 10:00～11:00(受付 9:45～)
場 所：下大野市民センター ホール

☆申込開始：6月4日(水) 9:00～(電話受付可)

♪ 対 象：0歳～未就学のお子様とその保護者(祖父母可)

♪ 定 員：10組程度(先着順)

♪ 参加費：無料

♪ 持ち物：飲み物・汗拭きタオル

※運動に適した服装でお越しください

☆ 講師プロフィール ☆

木村明日香 先生

中学・高校の保健体育教員、幼児体育指導員
結婚出産後は、フリーランスで水戸市内市民
センターや保育園などの体操教室で大活躍中！



【主催・問合せ】

水戸市下大野市民センター

〈住所〉水戸市下大野町 6094-1)

〈☎〉029-269-1288)

【平日 午前8時30分～午後5時15分】

