

おやこYOGA



運動不足の解消！
体力アップ！

親子で楽しく体を
動かしましょう★

日 時

令和8年 **1月16日** (金)

10:30~11:30

場 所

稲荷第二市民センター(ホール)

講 師

ヨガインストラクター **十万 久美子 先生**

対 象

生後6ヶ月位～未就学のお子さんとその保護者

定 員

10組(先着順)

無 料

持ち物

飲み物・汗拭きタオル

動きやすい服装(スカート・タイツ等不可)



申込方法 **12月15日(月)～受付となります。**