



親子ヨガ講座



～お子さんと一緒にヨガをやってみませんか？～

日時：2023年10月16日（月）10：00～11：00

定員：10組程度

場所：ともしび保育園 3F ホール

持ち物：大きめのバスタオル（ヨガマットの上に敷きます）

飲み物、汗拭きタオル

参加費：無料

申し込み：情報発信WEB「こもれび」から ⇒



☆動きやすい服装で来てください。

☆ヨガマットは園で用意します。

講師：新倉 麻子氏

