



子連れdeヨガ



【9～11月のテーマ】

- ・骨盤調整ヨガ
- ・O脚・X脚の原因にもなる骨盤を見直そう

日時：毎月第4火曜日 午前10：30～11：30
お申込…毎月第2火曜日10：00～先着順

- ◇ 9月24日(火)…申込み 9/10～
- ◇ 10月22日(火)…申込み10/8～
- ◇ 11月26日(火)…申込み11/12～

場所：鶴ヶ峰地域ケアプラザ 多目的ホール

対象：6か月～未就園児とその保護者

定員：8組

参加費：各回500円

講師：千葉 由佳先生



保育はありません。お子様を見守りながら、いっしょにご参加いただく講座です。

お申込み
お問い合わせは

鶴ヶ峰地域ケアプラザ
045-382-6070

