

親子レンジャー(体操)

11時～12時

毎月 第2日曜日

2025年

4月13日 ・ 5月11日 ・ 6月8日

7月13日 ・ 8月10日 ・ 9月14日

10月12日 ・ 11月9日 ・ 12月14日

2026年

1月11日 ・ 2月 8日 ・ 3月8日



お子さんやお孫さんと♪
一緒に楽しく体を動かしましょう！
体を動かすことが苦手な方も
大人も子どもも楽しみましょう～♪

- 参加費：無料
講師：3B体操講師
対象：親子
(4歳以上小学生低学年位まで)
場所：清水ヶ丘地域ケアプラザ
多目的ホール
持ち物：飲み物、タオル
室内シューズ(はだしでもOK)
※動きやすい服装でご参加ください



●予約随時受付、電話・窓口でお申し込みください
(各回先着12名)

横浜市清水ヶ丘地域ケアプラザ 地域活動交流 ☎253-0071