

＼ お子さんと触れ合いながら、初心者でも簡単に体験できます ／

親子deヨガクラス

対象



ママと
未就園児

講師

JAHA協会
ベビー＆ママヨガ・ママピラティス・
リトル＆キッズヨガ・骨盤スリムヨガ
インストラクター

Fumiko先生

日時

2月 12日 (木)
10:00～11:30

参加費
無料

場所

霧が丘地域ケアプラザ2階 多目的ホール1

定員

16組（応募者多数の場合2部制にて開催）

内容

自由遊びなどで交流をしてから親子でヨガを体験しましょう♪

持ち物

室内履き・水分補給の飲み物

申込み

1月8日(木)～2月9日(月)まで 窓口・電話・公式ラインにて受付

■ お問い合わせ ■

横浜市霧が丘地域ケアプラザ

☎045-920-0666

横浜市緑区霧が丘3-23 担当：苦米地・山口

詳しくは、ホームページをご覧ください

→<https://www.foryou.or.jp/corp2/kirigaokakouryu/>

※車・バイク・お子様の乗り物での来館はご遠慮ください



■ LINE公式アカウント ■

霧が丘地域ケアプラザ
のLINE公式アカウント
ができました！講座の
お申込みも簡単、便利♪
お友達登録をお願いいたします😊

