

お母さんのための ☆リラックスストレッチ☆

現役のインストラクターの方と一緒に
心も体もほぐしませんか？



日時：3月11日（木）

10：30～11：30

対象：4ヶ月以上のお子様を持つ保護者の方

定員：12組

申込：2月25日（木）～電話受付可

講師：寺西 孝子先生

持物：スポーツタオル・飲み物

服装：動きやすい服装（伸縮性のものが好ましい）

※着替えができる部屋を用意しています。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、預かりを中止
いたします。お子様と一緒にご参加ください。