

☆リラックスタイム☆

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？

今月は対面とオンライン両方で開催します。

日時：9月16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：対面12組＋オンライン20人

申込：9月2日（木）～

申込フォームにてお申し込みください。

<https://forms.gle/xFBNTLkw7X7MEd3H6>



講師：寺西 孝子

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。

※緊急事態宣言が延長された場合は、オンラインのみで開催いたします。