

親子deヨガ



子育ては大変！イライラすることもありますよね。
子どもと触れ合いながら、ヨガ体験をして心も身体も
リフレッシュしませんか？
後半は、ゆったりと子育てについて話し合います。
ぜひ、ご参加ください。

日時 2018年3月10日（土）10:00～12:00

会場 松阪市産業振興センター別館
（松阪市日野町788 カリヨンプラザ1階）

内容 10:00～11:00 ヨガ体験
11:00～12:00 ティータイム

講師 小倉杉絵さん ヨガ指導師
（KUAN YIN YOGA SCHOOL）

対象 未就園児親子（定員40人）
☆定員になり次第締め切ります☆

参加費 無料

〈主催〉（特）松阪子どもNPOセンター
〈共催〉松阪市中心商店街活性化促進協議会
〈お申込み・お問合せ先〉

（特）松阪子どもNPOセンター
〒515-0084 松阪市日野町788 カリヨンプラザ1階
TEL 0598-20-8344 FAX 0598-20-8345

申込書

ふりがな
名前

生年月日

昭和
平成

年

月

日

住所

電話番号

ふりがな
子ども

子ども
生年月日

平成

年

月

日

ふりがな
子ども

子ども
生年月日

平成

年

月

日