

☆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：11月18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：15組

申込：11月4日（木）～

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。