

ストレッチで体をほぐして、日々の疲れを癒していきませんか？先生が優しく丁寧に教えてくださいます。
興味のある方は是非お越しください！

こそだ こうざ 子育て講座



「骨盤調整・姿勢改善ストレッチ」

☆日時：9月26日（金）

10:30～11:30

☆場所：西京極西児童館

☆対象：子育て中の方

☆定員：先着10組

☆持ち物：タオル・飲料・ヨガマット
（お持ちの方は持ってきてください。）

☆講師：和田野 広美先生



◆事前の申込みが必要になります。

お申込みはお電話(10:00～14:00・17:00～18:30)または児童館までお越しください。

◆動きやすい服装でお越しください。

◆お子さんも同じお部屋で過ごせます。

西京極西児童館

京都市右京区西京極火打畑町6番地1

Tel (075) 326-6401

Fax (075) 326-6402

Mail n.kyogoku.n@kyo-yancha.ne.jp