



ママのためのヨガ



なにかと忙しく過ごされているママ。心と身体を癒すヨガ時間を過ごしてみませんか？

運動が苦手でも ok♪お気軽にどうぞ。

定員を設けております。ご希望の方はお申込みください。

日時 2024年11月8日(金) 10:30~11:30

場 所 七条第三児童館

定 員 8組(先着順)

対 象 子育て中のお母さん

講 師 Yoga Nature CHIKA先生

-資格-全米ヨガアライアンス認定RYT200取得

Seasonal Flow Yoga 修了

会 費 500円

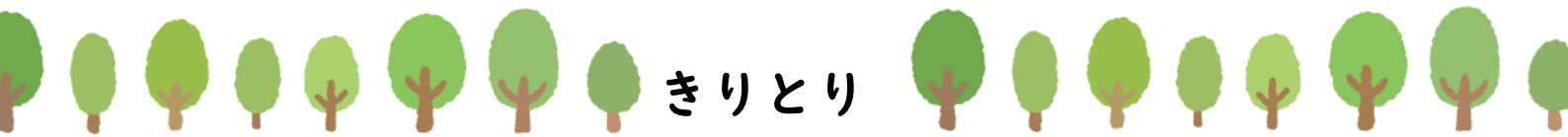
もちもの 水筒 汗拭きタオル ※動きやすい服装でおこしてください。

申込期間 10月21日(月)10:00~ 定員になり次第締め切ります

申込方法 下記の申込書を、児童館までご提出ください。

※お子さまは一緒にご来館いただけます。ママのそばで職員が見守ります。

お問い合わせ 京都市七条第三児童館 075-874-6102 まで



きりとり

京都市七条第三児童館



ママのためのヨガ 申込書



保護者氏名 _____

お子様のお名前(フリガナ)_____

お子さまの月齢 _____ 歳 _____ カ月

電話番号 _____

