

リフレッシュ・ヨガ

家事、育児に頑張っている皆さん、ヨガでストレスを解消し心身共にリフレッシュしてみませんか。

令和8年2月6日(金)午前10時30分～11時30分

場 所 … 子育て支援センター「いろはぽけっと」

講 師 … 荒川 章代 さん（ヨガインストラクター）

対 象 … 子育て中の保護者（町内在住者優先） 定員 10人

持ち物 … ヨガマット(ない方はお貸しします)、飲み物、汗拭きタオル

その他 … 参加無料、託児あり(未就園児先着 8 名) 動きやすい服装でご参加ください。

託児を申し込まれた方は10時15分までにお越しください。

予約開始 令和8年1月19日(月)～ 今年度初めて参加の町内在住者

令和8年1月26日(月)～ 前回(5月30日、9月12日)参加者と町外在住者

申し込みフォームはこちら→



ショート URL

<https://logoform.jp/f/C7jd3>



お問い合わせ・子育て支援センター「いろはぽけっと」 電話 0265-71-1560