

# 子育てママのリフレッシュ講座

産後ママ集まれ!

同じ子育て中のママ達とヨガを中心に楽しく  
身体を動かしましょう♪

【場 所】 サンシビック尼崎 中央地区会館 2階和室

【日 時】 平成27年11月13日(金)

午前10時から11時30分まで

【対 象】 親子(お子様は3ヶ月以上1歳未満)

【講 師】 ヨガイストラクター 市原 みなみ氏

【参加費】 無料

【申 込】 平成27年10月9日(金) 午前9時から

先着 親子12組

会館窓口にて申込用紙をご記入ください。

(電話申込も可能です。)



◆お問合せ◆

公益財団法人尼崎市スポーツ振興事業団

中央地区会館 06-6413-8171