

ベビーとママのリフレッシュ体操

お子さんとふれあい遊びをしながら親子のコミュニケーションを図ります。

ヨガの動きを取り入れながらママの体力アップやリフレッシュをしていきます。

曜日： 毎週月曜日

期間： 9/9～12/23

(9/16・23・30・10/14・11/4・11・18・25 除く)

時間： 10:00～10:50

場所： 健康体育室C

料金： 1回 600円

対象： 3か月～1歳未満のお子さんと
保護者

定員： 20組 40名

申込方法： 電話または来館での申込

※定員に満たない場合は随時募集

問合せ先：大森スポーツセンター
03-5763-1311

