



## おやこ講座

# バレエストレッチ&リリース法 ～心とからだをほぐす時間～

♪おこさんと一緒に音楽に合わせてゆったりと心も体も整えましょう♪

日時

2月19日(木)

25日(水)

3月11日(水)



10:30～11:30

全3回講座

場所

昭和町総合会館2階 ファミサポ室内

対象

乳児(0, 1, 2歳児)親子

定員

各回6組

講師

美倭's Ballet スタジオ

主宰 入倉 みわ 氏・竹川 智那 氏

持ち物

ヨガマット 又は バスタオル・飲み物



お申し込み・お問い合わせは  
ファミリーサポートしょうわ

☎275-8115 (8:30～16:45)

