

# クリスマス おやこヨガ

対象年齢  
1～3歳



12/24

★ 火

10:30～11:30

親子でふれあいながら、バランスや体幹を使ったポーズをして  
身体を伸ばしましょう！一緒に「おやこヨガ」を楽しみませんか？

場所

あすてらす1階「トレーニング室」

持ちもの

動きやすい服装、飲みもの、タオルなど  
※マットはこちらで貸出がございます

参加費

1組210円（施設利用料）定員：10組  
※保護者1名につき、お子様は1名まで

申し込み

申込期間：12月10日（火）～前日まで  
あすてらす1階「プール監視員室」または電話受付  
72-6666（内174）  
10:00～21:00（※水曜日除く、土日17:00まで）