

共生交流部会

子育て交流会
くれよんカフェ

6組^{くみ}だけ

ヨガでリフレッシュ!

講師:伊川 智里さん(JAHA 認定骨盤スリムヨガインストラクター)

おとな^{おとな}がする ヨガです。ヨガで^{からだ} 体を動かして^{うご}

体をほぐしましょう!! ゆっくり^{うご} 動くので^{はじ} 初めての人も

大丈夫です。こどものおもちゃコーナーも^{あります}。



いつ

2月14日^{がつ} (金)^{にち} 10:00~11:00^{きん}

どこ

はくさんしこくさいこうりゆう
白山市国際交流サロン

もちもの

- ・ヨガマット (お持ちの方)
- ・水分 ・汗拭きタオル
- ・動きやすい洋服で きてね☺

だれ

子育て中の^{こそだ} 外国人・日本人^{ちゆう} ^{がいこくじん} ^{にほんじん}

こどもと^{さんか} 参加^{さんか} できます

¥0



もうしこみ

☎ 076-274-3371

✉ misalon@asagaotv.ne.jp

HP/FB/Messenger からも OK

予約してね♪



主催: 白山市国際交流協会 協力: おやこの広場あさがお

