



親子ふれあい体操

楽しい！気持ち良い！親子で健やかな身体を感じ合しましょう♪

講師名： 原 香織 先生（公益社団法人 日本3B体操協会公認指導者）
関口 明代 先生（公益社団法人 日本3B体操協会公認指導者）

3B体操とは、ボール、ベル、ベルターの用具を運動の助けとして使用しながら、すべての動きを音楽に合わせ、楽しく 行う健康体操です。

- 内 容： Kids 2 クラス…… 親子体操・ママ体操
Kids 1 クラス…… 親子体操・ママ体操
Baby クラス…… 親子体操・産後ママ体操・ベビーマッサージ

- 日 程： 2017 年 ①1 月 16 日 ②1 月 30 日 ③2 月 6 日
④2 月 20 日 ⑤3 月 6 日 ※全 5 回連続講座（全て月曜日）

- 時 間： Kids 2 クラス 10:15～11:00 1 歳 6 ヶ月以上の幼児
Kids 1 クラス 11:15～12:00 歩行ができて 1 歳 6 ヶ月未満の幼児
Baby クラス 12:15～13:00 首がすわった歩行前の乳児
*2017 年 1 月 16 日を目安にクラスをお選び下さい。

- 対 象：全 5 回に参加可能な方で、各クラスとも あい・ぽーと会員とその親

- 定 員：各クラス 20 組（5 回連続講座）

- 場 所：子育てひろば「あい・ぽーと」2 階多目的ホール

- 持ち物：バスタオル（Baby クラスのみ）

- 参加費：港区内 2,000 円・港区外 2,500 円（全 5 回分を前払い）

※1 月 7 日（土）までにキャンセルされる場合は、全額返金致します。
1 月 8 日（日）以降の返金は致しかねますので、予めご了承下さい。

- 抽選受付：10/24（月）・10/25（火）10:00～17:00 *お電話か窓口でお受け致します。
○10/25（火）で定員にならなかった場合は、10/26（水）より窓口・お電話にて
先着順でお受け致します。

- 抽選結果発表：10/26（水）中に当選結果をホームページにてお知らせさせていただきます。
【抽選結果一覧（<http://www.ai-port.jp/aiport/chusen/>）】

- ご入金：11/2（水）までに窓口にてお支払いください。

※期限内にご入金頂けない場合のご予約は無効となります。予めご了承下さい。

動きやすい服装で
ご参加下さい