



# 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：2018年 ①10月1日 ②10月15日 ③11月5日 ④11月26日  
⑤12月3日 ⑥12月17日 ※全6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  
\*2018年10月1日時点の年齢を目安にクラスをお選び下さい。
- ✚ 対 象：全6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25組（6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2,400円・港区外3,000円（全6回分を前払い）  
※9月22日（土）までにキャンセルされる場合は、全額返金致します。  
9月25日（月）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：8/16（木）・8/17（金）10:00～17:00 \*お電話か窓口でお受け致します。  
○抽選期間中に定員にならなかった場合は、先着順でお受け致します。
- ✚ 抽選結果発表：8/20（月）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：8/27（月）までに窓口にてお支払いください。

動きやすい服装で  
ご参加下さい

※期限内にご入金頂けない場合はお電話にてその旨ご連絡ください。  
※ご連絡なく入金がない場合は、他の方にお譲りさせていただきます。  
予めご了承下さい。

【お問い合わせ先】 子育てひろば「あい・ぽーと」  
〒107-0062 港区南青山2-25-1  
電話：5786-3250 FAX：5786-3256