



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： 2020年 ①1月6日 ②1月20日 ③2月3日 ④2月17日
⑤3月2日 ⑥3月16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
※2020年1月6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）（※講座開催最少人数は各回6組とさせていただきます。）
- 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）

動きやすい服装で
ご参加下さい

- 参加費：港区内 2,400円・港区外 3,000円（全6回分を前払い）
※12月21日（土）までにキャンセルされる場合は、全額返金致します。（返金手続きは2020.3/16までにお済ませください）
12月22日（日）以降のキャンセルは致しかねますので、予めご了承下さい。

- 抽選受付：11/18（月）・11/19（火）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：11/20（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（<https://www.ai-port.jp/aiport/chusen/>）】
- ご入金：11/27（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