



# 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いましょう♪



講師：丸井 好子 先生・高橋 陽子 先生・宇南山 美里 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、バ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・スキンシップ体操
- 日程： 2020年 ①1月16日 ②1月30日 ③2月13日  
④2月27日 ~~⑤3月12日~~ ⑥3月26日  
※全6回連続講座(全て木曜日)
- 時間： Kids 2クラス 10:00~10:45 概ね1歳6ヶ月以上の幼児  
Kids 1クラス 11:00~11:45 概ねハイハイができる1歳6ヶ月未満の乳幼児  
Baby クラス 12:00~12:45 首がすわっている乳児  
\*2020年1月16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「あい・ぽーと」麹町会員とその保護者
- 定員：各クラス15組
- 場所：子育てひろば「あい・ぽーと」麹町 2F「にし」
- 持ち物：バスタオル (Babyクラスのみ)
- 参加費：千代田区内 2,400円・区外 3,000円 (全6回分を前払い)  
※1/9(木)までにキャンセルされる場合は、全額返金致します。  
1/10(金)以降のご返金は致しかねますので、予めご了承下さい。

動きやすい服装で  
ご参加下さい

- ◆受付：11/21(木)・22(金) 10:00~17:00 お電話または窓口にて受付  
\*定員に達しなかった場合は、窓口・お電話にて先着順にてお受け致します。
- ◆抽選結果発表：11/25(月)中に当選結果をホームページにてお知らせいたします。  
【抽選結果一覧 (<http://www.ai-port.jp/kojimachi/chusen/>)】  
\*お電話での連絡をご希望の方は、お申込み時にお伝えください。
- ◆ご入金：12/2(月)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」麹町  
〒102-0075 千代田区三番町7  
電話：3556-8471