

復活!!

つどいのひろば連続講座〔体験版♪〕

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♪

講師名: 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。

日程: 2023年 2月27日 (月)

5月から連続講座開講を予定しております。今回は体験版で単発開催です。

- 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
- 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

*2023年2月27日時点の年齢を目安にクラスをお選び下さい。

- 対象: あい・ぽーと会員とその親
- 定員: 各クラス20組の親子 (※講座開催最少人数は各回10組、計30組以上)
- 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 650円・港区外 750円

※2月20日(月)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2023.3/27までにお済ませください)
2月21日(火)以降のキャンセルは理由を問わず致しかねますので、予めご了承下さい。

- 受付: 1月31日(火) 10:00~先着順 (月~土曜日〔日・祝休み〕10時~17時)
*お電話か窓口でお受け致します。

- ご入金: 2/16(木)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。

注意事項: 大人の方は必ずマスク着用の上、ご来館ください。可能なお子さんはなるべくマスク着用をお願いしております。
体温が37.5℃以上の方はひろばに入館いただくことができません。ご自宅であらかじめ検温の上、ご来館ください。
新型コロナウイルス感染拡大に伴い、区からの講座中止の指示があった場合は、ホームページにてお知らせいたします。
ご来館前にチェックをお願い致します。

動きやすい服装で
ご参加下さい

