

# ママのためのヨガ講座

～体を動かしてリフレッシュしませんか～



- 日 時** 令和6年11月7日(木)10時～11時
- 対 象** 就学前までの幼児とその保護者(市内在住)
- 講 師** 小山 陽子 先生(マミーズガーデン)
- 参加費** 無料
- 場 所** tette 4階 ルーム4-2
- 定 員** 6組
- 持 ち 物** ヨガマット(無ければバスタオル)、タオル、  
飲み物(水分補給の為)
- 申 込** 令和6年10月18日(金)～令和6年11月4日(月)

須賀川市民交流センターtette こどもセンター 須賀川市中町 4-1 (☎0248-76-6687)

■ 駐車場: 翠ヶ丘公園上北町駐車場(無料) / 市役所駐車場(駐車券を無料処理) / tette 駐車場(1時間 300円。2時間まで無料)

■ HP・地図:  で検索