

ママのためのピラティス×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7年11月27日(木)10時～11時

対 象 市内在住の未就学児とその保護者

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 8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7年11月6日(木)～定員になり次第終了 こどもセンターまで

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: [tette](#) で検索