



こどもまんなか!



こどもまんなか

親子で体感「姿勢改善エクササイズ」

日時 6月28日(土) 13:30~15:00

会場 女性センター(鶴岡市みどり町22-43)

対象 鶴岡市・三川町・庄内町に在住の小学生と保護者

定員 10組

講師 カイロプラクター 高橋 綾子 氏

経費 無料

持ち物

- ★運動しやすい服装
(ジャージ推奨・くつした)
- ★ヨガマット・内履き
- ★フェイスタオル
- ★汗ふき用タオル
- ★飲み物
- ★筆記用具
- ★ヘアゴム(髪の毛の長い方)

お子さんの姿勢
気になって
いませんか?
楽しく簡単
エクササイズ!



《申込み》 6月4日(水)~20日(金)
平日午前8時30分~午後8時
中央公民館女性センターへ
お電話または窓口でお申込みください。
☎0235-24-2340

鶴岡市中央公民館
女性センターの
情報はこちらから

