

# 広げよう！ママ友の輪～ 親子で3B体操

11月20日（火）

10:00～11:00

対象：ママと子ども（月齢、年齢は様々です）

持ち物：運動できる服装、トレーニングシューズ、タオル、  
ヨガマット（もしくはバスタオル）飲み物

場所：ぴゅあ総合3Fレクリエーション室  
甲府市朝気1-2-2

参加費：無料

定員：30名



〔講師〕 社団法人日本3B体操協会 指導士 岡崎万理さん



はじめまして **親子サークル Andante** です

私たちは、子育て中のママが中心の親子サークルです。

今回は、3B体操で子どもと一緒に楽しい時間を楽しみます

初めての方も大歓迎です！

子育て期の「今」を一緒に楽しみましょう～！



甲府市朝気1-2-2  
山梨県立男女共同参画推進センター

**ぴゅあ総合**

電話・FAX・E-MAILでお申し込み下さい。

★お申し込み先

TEL 055-235-4171 FAX 055-235-1077

E-MAIL danjo-c@yamanashi-bunka.or.jp

※欠席される場合は必ず連絡をお願い致します。