



designed by freepik.com

親子でエアロビクスに挑戦してみませんか？

3回の講座をとおして1曲の振付をマスターします。子どもはポンポンを持って踊ります！

親子が共通の運動体験をすることでスキンシップを図り、親子の絆を深めます。

また身体を動かす楽しさを実感し、運動するきっかけづくりにもなります。

おかあさまは普段のストレス解消に！ぜひ、ご参加ください！

講師：山梨フィットネス協会リアン インストラクター

★日 時：10月30日・11月13日・12月4日（日） 10：00～11：30

★会 場：ぴゅあ総合 レクリエーション室

★対 象：幼稚園年長児～小学校低学年のお子さんと母親 30組

★参加費：¥100（練習用音楽CD代金として）

★持ち物：上履き、タオル、飲み物、動きやすい服装でお越しください。

※3回連続講座です。3回とおしてご参加ください。

山梨県立男女共同参画推進センター

ぴゅあ総合

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

sogoevent@yamanashi-bunka.or.jp

申込み・問合せ



「ぴゅあ総合フェイスブック」で検索！  
「いいね」すると最新情報が受け取れます。



6か月～就学前  
3日前までに  
ご予約ください。



ツイッターはじめました！

