

* 託児付き講座 *

第1回

子育てママの

ピラティス

でリフレッシュ！講座

☆【日時】 令和8年 **7月2日(木)10:00~11:40**

※ 託児時間 9:40~12:00

託児ボランティア「クローバー」6名で対応

☆【会場】 西部公民館 1階 フレーホール

※ 託児会場は3階和室です。託児希望の方は、

9:45までに3階和室で受付を済ませてください。

☆【講師】 ピラティスインストラクター ^{かんだ よしみ} 神田 容織美 氏

☆【定員】 16名 (託児定員 6名 : 0歳~3歳)

☆【参加費】 無料 (動きやすい服装、スカートNG)

☆【持ち物】 ヨガマットまたはバスタオル(大)、飲み物、運動靴

※ 託児→飲み物、おやつ、バスタオル、

着替え等必要に応じて各自持参

☆【申込み】 6月9日(火) 10:00~ (先着順に受付)

【託児希望】 電話で申込

【託児なし】 応募フォームで申込



応募フォームはこちら！



* お申込み・お問合せ先 *

盛岡市西部公民館 盛岡市南青山町6-1 ☎019-643-2288