ママの広場

# 大人のリフレッシュヨガ

日時　4月15日（月）10：30～11：10

募集組数　親子6組

場所　つぼみ多目的スペース

講師　長岡　真由美先生

申し込み　3月15日（金）～

持ち物　汗拭きタオル　飲み物　ヨガマット

※動きやすい服装でご参加ください。

※託児希望の方は、申し込み時にお知らせください。

※ヨガマットがない方は、貸出しもできます。