

ボディケア 講座

11月5日（木） 10:00-11:00

会 場 紫波町子育て応援センターしわっせ こどもの家スペース

内 容 紫波町スポーツ協会指導員より、筋力トレーニングやストレッチなどを教えてもらいます。

対 象 生後3か月から3歳頃までのお子さんの保護者 **予約制10組**

参加費 200円（当日徴収いたします。）

準備物 動きやすい服装、タオル、飲み物

お問い合わせ
お申込み

ご予約はお電話またはInstagram、直接しわっせにて
受付いたします。

紫波町子育て応援センター
しわっせ



019-671-2200



SHIWASSE_2525