

NPO 法人 日本ヨガ連盟 宮城仙台支部主催

親子で楽しく、カラダをつくろう！

KIDS YOGA AUTUMN 2011

よちよちあるきができるようになった1歳から
4歳までのお子さんを対象にした、キッズヨガを開催します。

キッズヨガには、遊びの要素がいっぱいです！
親子のコミュニケーションを大切に
いっしょにストレッチをして、カラダをほぐしたり
ゲームのような遊び・動きなどをおし
みんなで“楽しく”カラダを育みましょう。

もちろん、その中にはヨガのメソッドが含まれますので、
お子さんの免疫力や集中力のアップが期待できることも！
仙台ではまだ開催の少ない、注目のイベントです。
ぜひご参加ください！

日にち／9月21日（水）

会場／仙台市民活動サポートセンター・シアターホール

参加費／無料

持ち物／敷物（またはバスタオル）、飲み物

各回10組の親子限定

【第1部】10時～10時45分

■対象年齢 1～2歳

【第2部】11時～11時45分

■対象年齢 3～4歳

事前予約が必要です

定員になりました、申込を締め切らせていただきます

<問合せ・申込み>

090・8786・9059

bundav@live.jp

担当／阿部