

子育て中の仲間づくり応援♪

# ママと子のリフレッシュ体操

3歳までの  
お子さんなら  
一緒にストレッチ！



4月9日スタート  
第2金曜日  
10:30~12:00

参加費 200円  
(保険に加入します)  
ヨガマットはご用意しています

ストレッチの後は  
おしゃべりタイム♪



講師：高岡 千尋さん  
元テーマパークダンサー、バレエ教室講師  
8才と3才のママで、子ども大好き♡

会場

柏市東中新宿4-5-12  
生活クラブ風の村光ヶ丘  
よってって

<問い合わせ・申し込み> 認定NPO法人コミュニティケア街ねっと

TEL 090-2638-4587 (竹中)

