

おやこ体操

第1金曜開催

音楽に合わせて
おやこで楽しく
体操しよう!

内 容

ボール・ベル・ベルターという道具を使いながら様々な運動を行います。
講師：3B体操協会公認指導者 遠渡常美 先生
★3種の道具は上笹下地域ケアプラザで用意しています。

日 程

毎月第1金曜 10:30~11:30

2018年：4/6・5月休み・6/1・7/6・8/3・9/7・10/5・11/2・12/7
2019年：1月休み・2/1・3/1

★天候等都合により日程を変更・中止することがございます。

場 所

上笹下地域ケアプラザ 多目的ホール

対 象

1才頃（歩けるようになってから）～未就園児と保護者

費 用

1組1回200円（当日集金します）

持 ち 物

汗ふきタオル、飲み物（水分補給のため）
★保護者の方も体操のできる服装でいらしてください。

申し込み

不要

会場は13:00まで開放いたします。
昼食・自由遊びなどお楽しみください。
お帰りの際にはお掃除のご協力をお願いいたします。



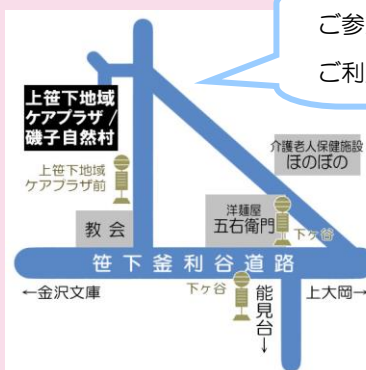
昨年度の様子

【お申し込み・お問合せ】

上笹下地域ケアプラザ

TEL：769-0240

住所：横浜市磯子区氷取沢町 60-17



ご参加の際は公共交通機関のご利用をお願いいたします。

