

9月10日9:00より
申し込み受け付けます!

バランスボール教室を実施します♪

バランスボールの弾カを利用し、ポンポンと弾むだけで
運動が苦手な方でも簡単に楽しみながらできる有酸素運動をします☆
一緒に楽しみながら運動しませんか?



日時：令和2年10月7日(水) 10:30~11:30 ※要申し込み

定員：親子15組程度 ※先着順になります。定員に達した時点で締め切りますのでご了承ください。

講師：香水 麻未(かすい あさみ)氏

持ち物：汗ふきタオル・水分補給できるもの・ヨガマットまたはバスタオルをお持ちください。
い。また当日は運動のしやすい服装(ジーパンは不可)でお越しください♪

場所：愛荘町立福祉センター愛の郷 わんぱくひろば内

(住所) 愛荘町市731番地 (電話) 0749-42-7170

☆みなさまのご参加をお待ちしております☆



☆ 参加にあたっての注意事項 ☆

- 必ずご自宅で検温をしてから、お越してください。(検温を忘れた場合は、受付にお申し付けください。) 37.5度以上の熱がある場合は、参加をご遠慮願いますので、ご了承ください。
- 保護者の方はマスクの着用にご協力ください。
- 申し込みにあたっては、お名前と連絡先をお伝えください。
- 新型コロナウイルス感染症の状況によっては、イベントが急遽中止になる可能性もございます。中止の場合はご連絡させていただきます。

☆ 当日のあんぱくひろばのご利用について ☆

新型コロナウイルス感染症予防のため、当日はイベント以外のご利用はお断りさせていただきます。(午後からは通常通り開所します)
感染拡大を防止するため、ご協力をお願い致します。