

令和5年度

親子ヨガ

親子のふれあいを
リフレッシュ!

親子でコミュニケーションをとりながら呼吸を合わせ、スキンシップを通じて心の絆(安心感や信頼感)を深めることができます。また、カラダの凝りやココロの疲れが緩和されたり、集中力アップの効果も期待できます♪

会場：Dreamオーシャン総合体育館 会議室 / 講師：藤原由佳里・小山友紀子 (ヨガスタジオプラナ)

この日は
柔道場

10月 7日・14日・21日・28日
各土曜日 13:15~14:00

準備物 運動のできる服装
ヨガマットまたはバスタオル
タオル・水分補給ドリンク

対象 明和町内・近隣市町の3歳児(年少)以上の子どもと保護者のペア
定員 先着 10ペア
参加費 町内 2,000円 町外 4,000円
保険料 子ども 800円 大人 1,850円 (65歳以上の方 1,200円)

※すでに明和スポーツクラブの登録証(令和5年度)をお持ちの方は保険料はいりません

申込方法 下記の申込書にご記入の上、参加費・保険料を添えて
総合体育館窓口へお持ちください。

★おつりのないよう、ご準備ください

申込期間 9/12 (火) ~ 9/19 (火) 8:30~20:00

問合せ先 明和町体育協会 (Dreamオーシャン総合体育館内)
TEL 52-7130 http://taikyo-meiswa.com



- ※ 諸事情により、日程など変更または中止になる場合があります。
- ※ 緊急時連絡のため参加者には連絡網を送付します。ご了承ください。
- ※ 参加中の様子を撮影した写真は資料作成等において使用する場合があります。ご了承ください。
- ※ お申し込み後のキャンセルはできるだけ避けてください。

参加費	_____円	領収印
保険料	_____円	

きりとらずにお持ちください

令和5年度 **親子ヨガ 申込書** (申込日 / 受付番号)
参加費 _____円 保険料 _____円 登録団体名 _____

ヨミガナ		男	生年月日	(西暦)	年	月	日
お子様氏名		女	学年(年齢)		年生	(4月1日時点)	歳
ヨミガナ		男	生年月日	(西暦)	年	月	日
保護者氏名		女	年齢		(4月1日時点)		歳
郵便番号	〒 _____		電話番号	連絡網にも使わせていただきます			
住所				_____	_____	_____	_____

- ※ 個人的トラブル等については、主催者側に責任を問う行為はいたしません。
- ※ 活動中のケガ等、指導者が応急手当を行うが、その後の対処については保護者が行います。以上のことに同意いたします。

令和5年 _____月 _____日 保護者署名 _____