



父と子の フィットネス教室

パパとお子さんで楽しく触れあいながら体を動かしてみませんか？
パパの体力づくり、健康維持のためにもおススメです。一緒に共有できる
親子の幸せ時間を過ごしましょう！この日はパパに任せて、ママはゆっくり
するのもいいですね。

*日 時 12月6日（土）

①午前 9時30分～10時20分

1歳程度～あんよができるお子さん

②午前10時30分～11時20分

生後6か月程度～1歳程度あんよがまだのお子さん

*場 所 壬生町保健福祉センター1階 大会議室

*講 師 OKJエアロビックファミリー認定インストラクター
大橋 光子 氏

*対 象 壬生町内在住未就学児親子

*定 員 ①②各回親子10組程度

*持ち物 水分補給用飲み物・汗拭きタオル
*動きやすい服装でご参加ください。

*申 込 11月1日(土) 9:00～

申込フォームより

<https://logoform.jp/form/xJdf/1217594>



申込・お問合せ 子育て支援センターつばめ
0282-86-0132