



～とびっこクラス～

親子de体操&smart smile(パワーヨガ)

イベント

2019年

9月21日(土) 10月19日(土)

11月16日(土)

体験500円!

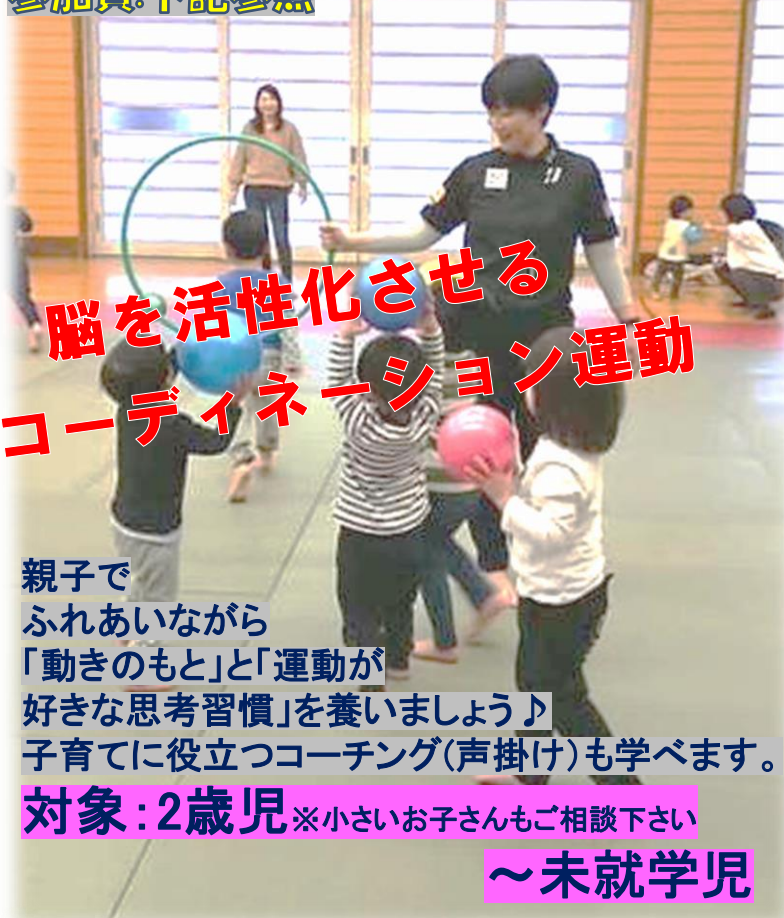
当日チケット購入特典あり

★親子de体操

PM4:00～PM4:45

持ち物:動きやすい服装・飲み物・タオル

参加費:下記参照



**脳を活性化させる
コーディネーション運動**

親子で
ふれあいながら
「動きのもと」と「運動が
好きな思考習慣」を養いましょう♪
子育てに役立つコーチング(声掛け)も学べます。

対象:2歳児 ※小さいお子さんもお相談下さい

～未就学児

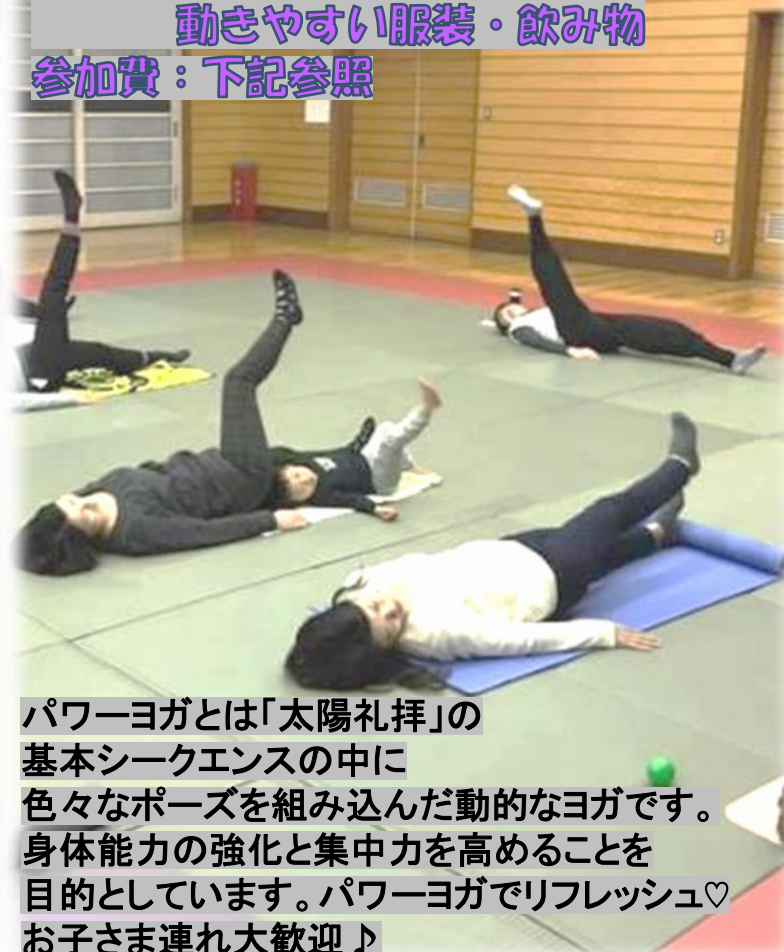
★smart smile (パワーヨガ)

PM5:00～PM5:45

持ち物:ヨガマット(バスタオルも可)

動きやすい服装・飲み物

参加費:下記参照



パワーヨガとは「太陽礼拝」の
基本シークエンスの中に
色々なポーズを組み込んだ動的なヨガです。
身体能力の強化と集中力を高めることを
目的としています。パワーヨガでリフレッシュ♡
お子さま連れ大歓迎♪

両クラス・金曜日クラスも併用可のお得なチケットはいかがですか？

都度払い**1,000円** 3回券**2,550円**(850円/回) 6回券**4,800円**(800円/回)

※各チケット共に、初回使用日より1年間有効 ※兄弟でご参加の方へ:二人目は半額、3人目以降無料

講師 : (旧)向島中学校1F 格技室 / 墨田区東向島4-18-9 / 東向島駅 徒歩1分

場所 : (一社) コーチングバリュー協会

申込方法

お申し込みは直接担当講師か、下記のメールにてお申込みください。

✉ sumida_tobikko@yahoo.co.jp 090-7010-4782 中村まで