

毎日頑張るママのための

バランスボール

骨盤補正・産後の心や体のケア

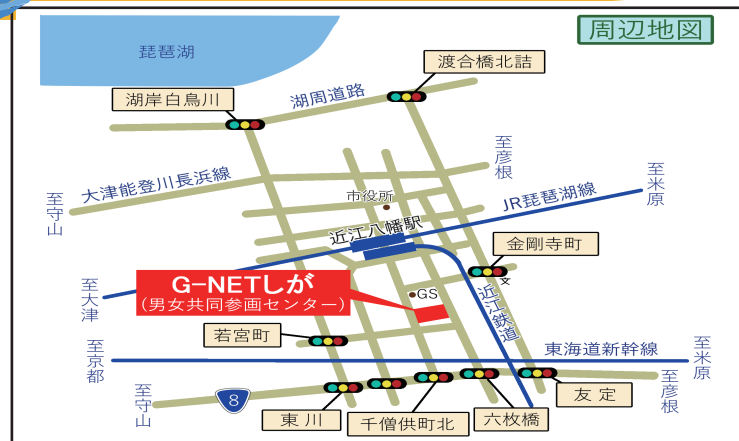
● 詳細

対象:産後、子育て中の女性(お子様は同伴可能) 5人程度
 費用:1回500円(当日お持ち下さい)
 場所:G-NETしが(近江八幡市鷹飼町80-4)
 1階 トレーニング室
 持ち物:ヨガマット(お持ちでない方は厚手のタオル)
 ・タオル・飲み物

● 2022年度 開催スケジュール(予定)

6月 3日(金) 10:30-11:30	11月11日(金) 10:30-11:30
7月 8日(金) 10:30-11:30	12月 2日(金) 10:30-11:30
8月はお休み	1月13日(金) 10:30-11:30
9月16日(金) 10:30-11:30	2月17日(金) 10:30-11:30
10月21日(金) 10:30-11:30	3月 3日(金) 10:30-11:30

この講座は、「みんなちがって、みんないい 自分らしく生きる場所を見つける会」と「G-NETしが」が協働して開催する講座です。



滋賀県立男女共同参画センター(G-NETしが)

● 連絡先及び申込先及び方法

hikone. balabo.misaki@gmail.com (伊吹 美早紀)
 件名に『バランスボール』と記載してください。
 メール本文に ①本人の氏名
 ②お子様の名前(ふりがな)
 ③連絡先(日中連絡がつく)

を記載して講座開催日1週間前までにご連絡下さい。
 受付完了後に必ずメールにて返信をいたします。

※ 申し込みにあたってお預かりする個人情報は、本講座以外の目的で使用することはありません。

お申込
お問合わせは
こちらから

hikone. balabo.misaki@gmail.com
 バランスボールインストラクター・産後指導士
 伊吹 美早紀