



親子ヨガ

日時  令和6年11月17日(日) 10:30～11:15
※受付10:00～

場所  函館市総合保健センター
2階 健康教育室・研修室・会議室

参加料  無料

対象  大人および3～6歳の子ども

定員  20組(定員になり次第締切)
※1組あたり大人1名, 子ども
は2名まで

持ち物  タオル, 飲み物,
子どものお出かけセット
※運動しやすい服装でお越しください

お申込み  二次元コードを読み取り
申込フォームに必要事項を
入力しお申し込みください
※申込締切 11月14日(木)



講師



ヨガインストラクター
坂本 ひかり

函館市内の保育施設やイベントにて, 親子ヨガ, キッズヨガ, マタニティヨガの講師を担当。

小さなお子さま, そしてママ, パパさんのところとからだを整えほっとあたたまる時間にいたしますのでリラックスしてお越しくださいね。

主催 函館市子育て支援ネットワーク

お問い合わせ 函館市子ども未来部子ども健やか育成課
(月～金 8:45～17:30 祝日を除く)

☎ 32-1517

✉ kosodate-net@city.hakodate.hokkaido.jp