

令和5年度「ベビーとママのリフレッシュ講座」 予定表

月曜日	徳島市立体育館 第二会議室	10:30～11:30
-----	------------------	-------------

各期 5回コース	6,500円 (保険料・材料費込み)
----------	--------------------

令和5年4月1日現在

1期	①	4/17(月)	ファーストサイン	ロイヤルセラピスト協会 金尾美砂
	②	4/24(月)	ベビーとママのからだ遊び	ワンズライフ/宇原由里子
	③	5/8(月)	育児に役立つママのワーク	きりんのゆめ/藤村圭織
	④	5/15(月)	ベビトレヨガ	hugmi★はぐみ/まい先生
	⑤	5/22(月)	手形足型アート	ワンズライフ/宇原由里子
2期	①	5/29(月)	ファーストサイン	ロイヤルセラピスト協会 金尾美砂
	②	6/19(月)	育児に役立つママのワーク	きりんのゆめ/藤村圭織
	③	6/26(月)	ベビーとママのからだ遊び	ワンズライフ/宇原由里子
	④	7/3(月)	ベビトレヨガ	hugmi★はぐみ/まい先生
	⑤	7/10(月)	手形足型アート	ワンズライフ/宇原由里子
3期	①	11/20(月)	ファーストサイン	ロイヤルセラピスト協会 金尾美砂
	②	11/27(月)	育児に役立つママのワーク	きりんのゆめ/藤村圭織
	③	12/4(月)	ベビーとママのからだ遊び	ワンズライフ/宇原由里子
	④	12/11(月)	ベビトレヨガ	hugmi★はぐみ/まい先生
	⑤	12/18(月)	手形足型アート	ワンズライフ/宇原由里子

※各期において基本的な内容は同じですが、細かい内容は変更いたしますので同じ方でも受講していただけます。

- ★ 各期5回ごとのお支払いとなります。
受講料 6,500円 (5回コース・保険・材料費込み)
- ★ 駐車券を購入される方は受講料と合わせてお支払いください。
駐車券 (5回分 500円) ※駐車券の再発行はできません。
- ★ 荒天による中止は教室開始2時間前に決定します。
TEL (088-654-5188) 又は、徳島市体育振興公社HPでご確認ください。

(準備物) 動きやすい服装・水分補給できるもの・着替え・タオル・赤ちゃんお出かけグッズ

※厚手のバスタオル

※講座前にマットの除菌を行いその上にお持ちのバスタオルを敷いてのご受講となります。

ご協力よろしくお願いいたします。

