

ミレーニア勝浦『春の市』 ~勝浦スポーツクラブ~

ミレーニア勝浦 ラグーナ湖畔広場

2015 5 / 3 (日)

勝浦スポーツクラブは
ミレーニア勝浦のイベントで、
毎年ブースを出しています



青空ヨガ

青空の下、ヨガを楽しみませんか？
心身ともリフレッシュしましょう！！

講師：ばんざいダイバーズ 中村 奈苗 (なかむら ななえ) 先生



時間：10:00~11:00

参加料：300円 (税込)
(KSC非会員の方 500円)

※当日は、動きやすい服装で
『ヨガマット』もしくは
『バスタオル』を持参してください

申込み：勝浦スポーツクラブ：0470-73-5956 (当日参加も可能)

親子ストレッチ

お子さん、お孫さんとふれ合いながら、遊び感覚
で体を動かすプログラムです。
お子様の体力づくりと、お父さん・お母さん(おじ
ちゃん・おばあちゃん)の運動不足解消に！！
楽しく体を動かしましょう！

時間：① 11:30~11:50
② 13:00~13:20

参加料：無料

※当日は、動きやすい服装で、
おおむね4歳~小学校低学年の
お子さん (お孫さん) と一緒に
ご参加ください

